

อนุสรณ์ในงานพระราชทานเพลิง

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประไพรัตน์ ถิระวัฒน์ ทม. ตช.

ณ เมรุวัดมกุฏกษัตริยาราม

วันเสาร์ที่ ๕ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๓

หมายรับสั่งที่ ๒๗๖๗



(แบบ ค.)
สำนักพระราชวัง

๓ เมษายน ๒๕๒๓

สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ ทรงพระกรุณาโปรดเกล้า ฯ ให้ คุณหญิงเปรมจิตร จามรจันทน์ เชิญพวงมาลาไปวางพระราชทานที่หน้าหีบศพ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประไพรัตน์ ถิระวัฒน์ ณ ศาลา ๗ วัดมกุฏกษัตริยาราม กรุงเทพมหานคร

วันพฤหัสบดี ที่ ๓ เมษายน ๒๕๒๓ เวลา ๑๙.๓๐ น.

บุญสม พิมพ์.
ทาน.

วัน	หน้าที่ พนักงานพระราชพิธี
	นำหมายเรียน เจ้าภาพศพ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประไพรัตน์ ถิระวัฒน์ เพื่อทราบ.

ทั้งนี้ ให้จัดการตามหน้าที่และกำหนดวันตามรับสั่งอย่าให้ขาดเหลือ ถ้าสงสัยให้ถามผู้รับรับสั่ง โดยหน้าที่ราชการ

ผู้รับรับสั่ง

(แบบ ค.)

หมายรับสั่งที่ ๕๑๓๕



สำนักพระราชวัง

๕ มิถุนายน ๒๕๒๓

พระราชทานเพลิงศพ นางสาวประไพรัตน์ ถิระวัฒน์ ข้าราชการพลเรือนสามัญระดับ ๗ สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย ณ เมรุวัดมกุฏกษัตริยาราม กรุงเทพมหานคร

วันเสาร์ ที่ ๕ กรกฎาคม ๒๕๒๓ เวลา ๑๘.๐๐ น. พระราชทานเพลิง

อุดมศักดิ์/พิมพ์/ทาน.

วัน	หน้าที่ พนักงานพระราชพิธี
	นำหมายเรียน เจ้าภาพศพ นางสาวประไพรัตน์ ถิระวัฒน์ เพื่อทราบ
	เครื่องพระราชทานเพลิง และเจ้าพนักงานผู้เชิญมานี้ เจ้าภาพไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายอย่างใดทั้งสิ้น.

ทั้งนี้ ให้จัดการตามหน้าที่และกำหนดวันตามรับสั่งอย่าให้ผิดเหลือ ถ้าสงสัยก็ให้ถามผู้รับรับสั่ง

โดยหน้าที่ราชการ

ผู้รับรับสั่ง



แจกันดอกไม้ซึ่งสมเด็จพระเจ้าลูกเธอเจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์
พระราชทานเยี่ยมขณะป่วยอยู่ ณ โรงพยาบาลศิริราช



พวงมาลาของสมเด็จพระเจ้าลูกเธอเจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์



ที่ภูพิงคราชนิเวศน์ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๙



ที่วัดมกุฏกษัตริยาราม



บิดา พี่ น้อง



พี่ และน้อง



ญาติ



เพื่อน


ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประไพรัตน์ ตีระวัฒนน์ ท.ม. ต.ช.
ชาตะ : ๒๑ กันยายน พ.ศ. ๒๔๗๗
มตะ : ๒๘ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๒๓

พระกรุณาธิคุณ

เมื่อสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ ได้ทรงทราบว่า ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประไพรัตน์ ถิระวัฒน์ ป่วยด้วยโรคมะเร็งในต่อมน้ำเหลือง พักรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลศิริราช จึงได้ทรงพระกรุณาให้ คุณหญิงกรัณฑ์ สนิทวงศ์ ณ อยุธยา เชิญแจกันดอกไม้มาพระราชทานเยี่ยมเมื่อวันที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๒๓ และเมื่อได้ทรงทราบว่า ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประไพรัตน์ ฯ เสียชีวิต ก็ได้ทรงพระกรุณาให้คุณหญิงเปรมจิตร จามรจันทร์ เชิญพวงมาลาไปวางพระราชทานที่หน้าหีบศพเมื่อวันที่ ๓ เมษายน ๒๕๒๓

ข้าพระพุทธเจ้า และพี่น้อง ของผู้ช่วยศาสตราจารย์ประไพรัตน์ ถิระวัฒน์ ขอประทานกราบบังคมฝ่าพระบาทด้วยสำนึก และซาบซึ้งในพระมหากรุณาธิคุณเป็นล้นพ้น และขอสดุดีในน้ำพระทัยอันเปี่ยมไปด้วยพระกรุณาอันสูงสุดหาที่เปรียบมิได้

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม

ข้าพระพุทธเจ้า นายรำไพ ถิระวัฒน์ บิดา

ประวัติ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประไพรัตน์ ถิระวัฒน์ ทม. ตช.

ประไพรัตน์ (แจ้ว) ถิระวัฒน์ เป็นบุตรคนที่หกของนายรำไพ (หลุย) นางสุ้น ถิระวัฒน์ เกิดที่ตำบลตลาด อำเภอเมืองบ้านดอน จังหวัดสุราษฎร์ธานี ปัจจุบันบิดายังมีชีวิตอยู่ มีพี่น้องร่วมบิดามารดาเดียวกันคือ

๑. นายประพจน์ ถิระวัฒน์
๒. นายประทักษ์ ถิระวัฒน์
๓. น.ส.ประกอบ ถิระวัฒน์
๔. แพทย์หญิงประทีป เทพรัตน์
๕. นายประหยัด ถิระวัฒน์
๖. นายประชัน ถิระวัฒน์
๗. น.ส. อรพิน ถิระวัฒน์

การศึกษา ในชั้นต้นได้เข้าเรียนชั้นประถมศึกษาที่โรงเรียนอินทรพิชัย แล้วย้ายไปเรียนชั้นมัธยมศึกษาจนจบที่โรงเรียนสตรีประจำจังหวัดสุราษฎร์ธานี สำหรับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๗ และ ๘ ได้ไปเรียนที่โรงเรียนวรนารีเฉลิม จังหวัดสงขลา

ปี ๒๔๙๖ ได้เข้าศึกษาที่จุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย ได้รับปริญญาวิทยาศาสตร์บัณฑิต (ฟิสิกส์) และครุศาสตร์บัณฑิต เมื่อปี ๒๕๐๐ และ ๒๕๐๒ ตามลำดับ หลังจากเข้ารับราชการที่มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์แล้ว ในปี ๒๕๐๕ ได้รับทุน INTERNATIONAL ATOMIC ENERGY ASSOCIATION ไปศึกษาดูงานด้าน HEALTH PHYSICS ที่ประเทศอังกฤษ ครั้งสุดท้ายเมื่อปี ๒๕๒๑ ได้ลาศึกษาต่อระดับปริญญาโททางการสอนวิทยาศาสตร์ที่มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ แต่ระหว่างการศึกษาได้ป่วยจึงขอพักการศึกษาและถึงแก่กรรมเสียก่อน

การรับราชการ ได้รับราชการในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ดังนี้

๒๙ เมษายน ๒๕๐๓	ทดลองให้ปฏิบัติราชการในตำแหน่งอาจารย์ตรี คณะกสิกรรมและสัตวบาล
๒๙ เมษายน ๒๕๐๓	ข้าราชการพลเรือนวิสามัญชั่วคราวทดลองปฏิบัติราชการในตำแหน่งอาจารย์โทคณะกสิกรรมและสัตวบาล
๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๐๓	อาจารย์โท คณะกสิกรรมและสัตว-บาล
๑ ตุลาคม ๒๕๐๙	อาจารย์โท แผนกวิชาฟิสิกส์ คณะวิทยาศาสตร์และอักษรศาสตร์
๒๙ ตุลาคม ๒๕๑๑	อาจารย์เอก แผนกวิชาฟิสิกส์
๑๐ กันยายน ๒๕๑๘	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาฟิสิกส์
๒ ตุลาคม ๒๕๑๙	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระดับ ๗ ภาควิชาฟิสิกส์

เครื่องราชอิสริยาภรณ์ที่ได้รับ

๕ ธันวาคม	๒๕๐๘	เบญจมาภรณช้างเผือก
๕ ธันวาคม	๒๕๑๑	จตุรถาภรณช้างเผือก
๕ ธันวาคม	๒๕๑๓	ตริตาภรณมงกุฎไทย
๕ ธันวาคม	๒๕๑๗	ตริตาภรณช้างเผือก
๕ ธันวาคม	๒๕๒๐	ทวิติยาภรณช้างเผือก

อาลัยยิ่ง

พี่ ๆ น้อง ๆ จำต้องปิดบังแจ้วเรื่องโรคร้ายที่เกิดขึ้นกับแจ้ว เพราะแจ้วเป็นคนที่ชอบคิดมากเมื่อเกิดเจ็บไข้ได้ป่วยแต่ละครั้ง มีอยู่ครั้งหนึ่งน้องสาวได้พาแจ้วไปพบแพทย์ผู้ทำการรักษาที่โรงพยาบาลศิริราช ขณะที่นั่งรออยู่นั้น แจ้วได้ยินหมอโต๊ะข้าง ๆ บอกคนไข้ว่าเป็นมะเร็ง แจ้วได้หันมาบอกน้องสาวว่าทำไมหมอจึงบอกคนไข้อย่างนั้น ถ้าเป็นพี่ พี่คงจะช๊อคแน่ ๆ ดังนั้น พวกเราจึงคิดว่าบอกความจริงแจ้วไม่ได้แน่นอน

แจ้วเป็นคนที่ชอบและขยันในการเรียนหนังสือมาตั้งแต่เด็ก ๆ เมื่อจบปริญญาตรีทางฟิสิกส์จากคณะวิทยาศาสตร์ จุฬาลงกรณมหาวิทยาลัยแล้ว ก็ได้ทำปริญญาตรีจากคณะครุศาสตร์จนจบอีก หลังจากเข้าทำงานเป็นอาจารย์สอนที่มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ประมาณปี ๒๕๐๖ แจ้วได้รับทุนไปศึกษาและดูงานด้าน HEALTH PHYSICS ที่ประเทศอังกฤษ และหลังจากได้รับตำแหน่งอาจารย์เอกแล้ว แจ้วตั้งใจที่จะไปเรียนปริญญาโทต่อที่อเมริกา โดยติดต่อหาสถานที่เรียนและสอบภาษาอังกฤษผ่านจนมหาวิทยาลัยตอบรับแล้ว ก็มีเหตุขัดข้อง จึงตัดสินใจไม่ไปอเมริกา ครั้งสุดท้ายขอลาเรียนต่อทางด้านการสอนวิทยาศาสตร์ ที่คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

พี่ ๆได้พยายามทัดทานการเรียนครั้งนี้ของแจ้ว เพราะขณะนั้น แจ๋วเริ่มป่วยด้วยโรคร้าย, แจ้วเป็นคนมีความมานะพยายาม เมื่อเรียนหรือทำอะไรแล้ว จะต้องเรียนหรือทำให้ดีที่สุด แต่แจ้วบอกว่าช่วงที่ไม่สบายซึ่งจะต้องเข้ารักษาในโรงพยาบาลเป็นระยะ ๆ นี้ ก็จะหยุดเรียนก่อน หากหายดีแล้วจะเรียนต่ออีก

ระยะก่อนที่แจ้วจะจากไปสักเดือนหนึ่ง แจ้วได้ปรารภกับพี่ ๆ ว่าอยากจะลาออกจากงานเนื่องจากละอายที่ไม่ได้ทำงานเต็มที่ แต่รับเงินเดือนทุกเดือน เพราะก่อนหน้านี้แจ้วจะต้องลางานเพื่อเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลศิริราชบ่อยครั้ง

แจ้วเคยพูดกับพี่ ๆ น้อง ๆ ว่า ถ้าหากมีเงินจำนวนหนึ่ง อยากจะสร้างอาคารเรียนให้โรงเรียนที่บ้านเกิดจังหวัดสุราษฎร์ธานีสักหลังหนึ่ง ไว้สำหรับเด็กนักเรียนยากจนจะได้มีที่เรียน เพราะแจ้วมีอาชีพเป็นครู ก็อยากจะเอาเงินที่หามาได้ไปช่วยนักเรียนบ้าง เพื่อให้ความประสงค์ของแจ้วบรรลุผล ถึงแม้ว่าแจ้วจะจากพวกเราไปแล้ว พวกเราก็จะสนองความต้องการของแจ้วด้วยการจัดการรวบรวมเงินของแจ้วที่จะได้รับเป็นบำเหน็จและเงินอื่น ๆ จากทางราชการดำเนินการสร้างอาคารให้โรงเรียนใดโรงเรียนหนึ่งในจังหวัดสุราษฎร์ธานี เพื่อเป็นอนุสรณ์แก่แจ้วสืบไป

แจ้วเป็นคนใจเย็น พูดน้อย มีเมตตาอารี โดยเฉพาะกับน้อง ๆ และหลาน ๆ ถ้าหากเดือนไหนน้อง ๆ มีเหตุจำเป็นด้านการเงิน แจ้วจะหยิบยื่นให้ด้วยความเต็มใจเสมอ ๆ แม้แต่ลูกศิษย์ก็จะพูดถึงแจ้วเสมอ ๆ ว่า อาจารย์เป็นคนใจดี ไม่เคยดุเลย

แจ้วเป็นคนที่อดทนมาก จากการเข้าโรงพยาบาลครั้งสุดท้าย แจ้วอ่อนเพลียกว่าทุกครั้งแต่ก็พยายามที่จะช่วยตัวเองทุกอย่าง จะต้องขอลุกเดินทุกวัน แม้แต่ก่อนวันที่จะจากไปหนึ่งวัน ก็ขอลุกเดิน แต่พวกเราก็ไม่ยอมเพราะกำลังให้น้ำเกลือ วันที่จากไป แจ้วก็ยังรับประทานอาหาร ขนม ผลไม้ ได้ตามปกติ แต่ก็รับประทานได้น้อยกว่าทุกวัน พวกเราไม่คิดว่าแจ้วจะจากพวกเราไปเร็วอย่างนี้ แต่เมื่อมาคิดว่า ทุกคนมีเวลาสุดสิ้นของตัวเอง เมื่อถึงเวลานั้นก็จะต้องจากไป

พวกเราจึงขอให้อานิสงส์ผลบุญ และคุณความดีทั้งหลายที่แจ้วได้ทำไว้ จงดลบันดาลให้ดวงวิญญาณอันบริสุทธิ์ของแจ้ว จงประสบแต่ความสุขยิ่งในสัมปรายภพ หากว่าชาติหน้ามีจริงแล้ว ก็ขอให้เราได้เกิดมาอยู่ในครอบครัวเดียวกันอีก

จาก

พ่อ พี่ น้อง และหลาน

รักและอาลัยยิ่ง

แจ้ว

ขอบใจมาก สำหรับกระเป๋าหญ้าลิเพาสวยมากจ๊ะ ถูกใจเรามากเป็นของขวัญชิ้นสุดท้ายที่เราจะได้รับจากแจ้วใช่ไหม ? กระเป๋าใบนี้อยู่คงทนจะเป็นเครื่องเตือนใจเราตลอดไปว่าแจ้วให้เราก่อนที่แจ้วจะจากเราไป ปู่กับเรามีเพื่อนที่ดีคนหนึ่งซึ่งคุ้นเคยสนิทสนมกันมามากกว่า ๒๕ ปี พอจะพิสูจน์ได้แล้วนะแจ้ว ไม่ว่าแจ้วจะอยู่ ณ ที่ใด รับรู้ด้วยว่า ปู่และเราคิดถึงแจ้วมากจ้ะ วันเสาร์แรกที่แจ้วจากไปเราบอกปู่ว่าไปร้านที่เราสามคนเคยพบกันและแจ้วเคยไปด้วย เรายังนัดพบกันที่เดิมนะแจ้ว เราเกรงว่าถ้าแจ้วมาจะหาเราสองคนไม่เจอ ถ้าเราเปลี่ยนที่ซึ่งเคยนัดกันตลอดเวลากว่า ๒๕ ปี เราสามคนเคยเดินซื้อของ ทานข้าว ดูหนังด้วยกันไม่รู้สึกเบื่อหน่ายเลยจ้ะ ต่อไปนี้จะไม่มีสามคนแล้วจ้ะ แจ้วโชคดีไปก่อนพวกเราไปอย่างสงบ ไม่เจ็บปวดทรมาน แจ้วมีสติสัมปะชัญญะตลอดเวลา ทั้ง ๆ ที่แจ้วต้องนอนในโรงพยาบาลแจ้วก็เอาใจคนอื่นเสมอ พี่ ๆ เพื่อน ๆ ให้แจ้วทานอะไรแจ้วก็ทานตามที่ให้ไม่เกี่ยงงอนเลย แจ้วไม่ชอบของกิน แจ้วชอบดอกไม้ โดยเฉพาะดอกกุหลาบใช่ไหมจ๊ะ

ตั้งแต่ปี ๒๑ เป็นต้นมาแจ้วเริ่มไม่สบาย แจ้วก็ยังไปทานข้าวกับปู่และเราเสมอ เดินซื้อของแล้วก็กลับบ้านไม่ดูหนังต่อ ไม่ปู่ก็เราพาแจ้วไปส่งบ้าน ถ้าแจ้วสบายดีก็จะขับรถมาเอง ระยะหลัง ๆ แจ้วไม่ยอมขับรถมา

เอง บู่ไปรับ อาจเป็นเพราะร่างกายของแจ้วเริ่มเพลียลงก็เป็นได้ เรามักจะเคี่ยวเข็ญให้แจ้วขับรถไปเที่ยว เพราะรถของแจ้วมีแอร์แต่แจ้วก็ปฏิเสธทุกครั้งโดยไม่บอกเหตุผล บู่กับเราก็หัวเราะเพราะเป็นที่รู้กันว่าแจ้วต้องปฏิเสธทันที แจ้วบอกพวกเราว่าไม่สบายเท่านั้น ระยะหลัง ๆ แจ้วงดเที่ยว บู่กับเราทานข้าวเสร็จแล้วจะไปเยี่ยมแจ้วที่บ้านในวันเสาร์เสมอ จะได้ยินคำนี้ก้องอยู่ในหูว่า "เรากำลังคอย บู่กับอิน เพราะรู้ว่าต้องมาแน่ ๆ" แจ้วรู้ ไหมว่าถ้าไม่จำเป็นจริง ๆ แล้วเราจะไม่ยอมไปไหนกันนอกจากไปเยี่ยมแจ้วเท่านั้น เพราะรู้ว่าแจ้วกำลังคอยอยู่ ต่อมาเมื่อแจ้วเริ่มเข้าพักรักษาตัวในโรงพยาบาลบ่อย ๆ เราสองคนก็รีบทานข้าวแล้วรีบไปพบแจ้วบ่อยขึ้นทุกครั้งที่พบแจ้ว แจ้วบอกว่า "กำลังคอยอยู่" เมื่อเราบอกลากลับ แจ้วถามว่า "เมื่อไหร่จะมาอีก" ตอนเย็น ๆ ถ้าว่างเราจะไปเยี่ยมแจ้วเราจะไปคุยกับแจ้ว ดูทีวี กินของว่างที่แจ้วจัดหาไว้รอเรา บางทีมีรายการแถมบ้วยฝากเพื่อน ๆ อีก สิ่งที่เราให้แจ้วเสมอตามที่แจ้วบอกคือ ดอกไม้ แจ้วจำได้ไหมถ้าไปร้านดอกไม้ด้วยกัน แจ้วจะพูดเสมอว่า "ถ้าเราเป็นคนขายของ ขอเป็นคนขายดอกไม้เพราะทั้งหอม สวย สบายตา สบายใจ" สมแล้วละในงานของแจ้วมีสวนดอกไม้ประดับตลอดงาน

ครั้งหลังสุดที่แจ้วไปโรงพยาบาลแจ้วเหนื่อยมากมีเพื่อน ๆ ญาติ ๆ ไปเยี่ยมแจ้วตลอดเวลา ดูท่าทางแจ้วมีความสุขมากเมื่อเราไปพบแจ้ว เราเป็นฝ่ายคุยไป ทานของว่างที่พี่กอบเตรียมไว้ให้เรียบร้อย ๆ ไม่ยอมให้แจ้วพูด ท่าทางที่แจ้ว นั่ง นอน เรารู้สึกว่าแจ้วเพลียและเหนื่อยลักษณะที่แจ้วมองดูเราทำให้เราใจหาย มีความรู้สึกว่าเราคงต้องสูญเสียเพื่อนที่ดีที่สุดคนหนึ่งเสียแล้ว

วันศุกร์สุดท้ายเราได้เอาพายขนมที่แจ้วชอบไปให้ พี่กอบบอกว่าเก็บไว้กินตอนกลางคืนเพราะแจ้วกินข้าวต้มแล้ว แต่แล้วแจ้วก็ไม่ได้ทาน เพราะแจ้วจากเราไปเสียแล้วชั่วเพียง ๒ ชั่วโมงให้หลังที่เราและศรีไปเยี่ยม บู๋กับเราจะไปเยี่ยมแจ้วในวันเสาร์รุ่งขึ้น บู๋แต่งดำมาพบเรา เราถามว่าบู๋จะไปไหน บู๋ตอบว่า "แจ้ว" เราไม่เชื่อถามย้ำให้แน่ใจ บู๋บอกว่าอยู่วัด "มกุฏ" สี่โมงรดน้ำ บู๋บ่นเสียใจตลอดเวลาว่าเสาร์ที่แล้วไม่ว่างจะไปเยี่ยม เพื่อน ๆ ของแจ้วทุกคนตกใจมากจ้ะ ไม่คิดว่าแจ้วจะจากพวกเราไปเร็วอย่างนี้ ต่อไปนี้จะไม่มีสามคนแล้วนะยิ่งทำให้เราคิดถึงแจ้วมากจ้ะ แจ้วโปรดรับรู้ด้วยว่าถ้าชาติหน้ามีจริงขอให้เราเป็นเพื่อนที่ดีต่อกันเช่นชาตินี้อีกนะ ขอให้แจ้วที่รักจงไปสู่สุคติ

ด้วยรักและอาลัยยิ่ง

บู๋ อิน และเพื่อน ๆ

จากหลาน

ถึงน้าแจ๋ว อาแจ๋ว

เมื่อน้าแจ๋วยังมีชีวิตอยู่ ได้ขับรถรับ—ส่งหลานไปโรงเรียนทุก ๆ วัน ในระยะหลัง ๆ ที่น้าแจ๋วไม่ค่อยสบาย เพลีย ไม่มีกำลัง เบื่ออาหาร ก็รับ—ส่งหลานบ้างนาน ๆ ครั้ง

ในระยะที่น้าแจ๋วเบื่ออาหารนั้น หลานสังเกตเห็นว่า น้าแจ๋วฝืนใจกินอาหารทุกมื้อโดยปราศจากความรู้สึกอร่อยใด ๆ ทั้งสิ้นและกินได้ทีละน้อย ไม่งั้นน้าแจ๋วบอกว่าอยากจะอาเจียน แต่ถ้าวันไหนที่น้าอินและน้าปู่ ซึ่งเป็นเพื่อนที่สนิทและรักที่สุดของน้าแจ๋วมาเยี่ยมและซื้อขนมมาฝาก น้าแจ๋วจะมีท่าทางยินดีและกินอาหารได้มากกว่าทุกวัน

ขณะที่น้าแจ๋วพักอยู่ที่บ้านเพราะไปทำงานไม่ไหวนั้น บางวันน้าแจ๋วไม่ค่อยมีแรง แต่ก็พยายามจะไปทำงาน น้าแจ๋วบอกว่าไม่อยากกินแรงคนอื่น แต่แม่ของหลานซึ่งเป็นหมอก็ห้ามไม่ให้ไป วันหนึ่งน้าแจ๋วไปทำงานโดยไม่บอกแม่ ได้ให้เด็กไปช่วยพยุงเนื่องจากไม่มีแรงเดิน ขณะเดินขึ้นบันไดตึกที่ทำงาน ได้ทรุดตกบันได เพื่อน ๆ จึงพาน้าแจ๋วมาส่งบ้าน

น้าแจ๋วเป็นคนที่ใจดีมาก มีอะไรก็แบ่งปันเสมอ ๆ

เอ๊ดเป็นหลานคนเล็ก เพิ่งหัดเดินหัดพูด อาแจ้วซื้อของใช้ให้เอ๊ดเสมอ เช่น ช้อนป้อนข้าว แก้วน้ำและหลอดดูดน้ำสำหรับเด็ก เสื้อผ้า รองเท้า การ์ตูน ของเล่นอื่นอาแจ้วก็ซื้อให้เสมอ ๆ

เอ๊ดเคยไปเยี่ยมอาแจ้วที่โรงพยาบาล เอ๊ดป้อนชมภู่ให้ อาแจ้วก็กิน เอ๊ดเรียกอาแจ้วว่า "แจว" อาแจ้วก็ยิ้ม

อาแจ้วซื้อรองเท้าสีแดงไว้ล่วงหน้าเตรียมให้ในวันเกิดเอ๊ด เพราะเอ๊ดไปเยี่ยมปู่และอาแจ้วที่บ้านโดยไม่สวมรองเท้า อาแจ้วกลัวเอ๊ดเป็นเด็กบ้านนอก สวมรองเท้าไม่เป็น แต่อาแจ้วจากไปเสียก่อน เอ๊ดมีรูปอาแจ้วไว้เคารพบูชาแล้ว

ถ้าชาติหน้ามีจริง ก็ขอให้เกิดเป็นน้า อาหลานกันอีกทุก ๆ ชาติเถิด

หลาน อุ๊ อ้อ เอ๊ด



การตรวจหามะเร็งเต้านมระยะแรก ด้วยตนเอง

พ.ญ. ประทีป เทพรัตน์

ในปัจจุบันเมื่อกล่าวถึงเรื่องมะเร็ง ก็เป็นที่ทราบกันว่ามะเร็งเต้านมเป็นโรคที่น่าสะพึงกลัวสำหรับสตรี ถึงแม้ว่าไม่ทราบสาเหตุที่แน่นอน แต่ก็พอจะทราบว่าสารบางอย่างเป็นตัวช่วยทำให้เกิดมะเร็งได้ง่ายขึ้น เช่น ฮอร์โมนเพศหญิงบางตัว อาหารที่มีไขมันสูง สตรีที่ไม่มีการหลั่งน้ำนมตามธรรมชาติ เช่น ไม่เลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ สตรีที่มีประจำเดือนค่อนข้างเร็วกว่าปกติ หรือประจำเดือนหมดช้ากว่าปกติ

ก้อนที่ตรวจพบในเต้านมไม่จำเป็นต้องเป็นมะเร็งทั้งหมด อาจเป็นต่อมเต้านมอักเสบ ถุงน้ำ ก้อนเนื้องอกชนิดที่ไม่ใช่มะเร็ง

มะเร็งเต้านมรักษาให้หายได้ถึง ๙๐ เปอร์เซ็นต์ ถ้าหากมะเร็งยังไม่กระจายออกไปสู่อวัยวะส่วนอื่น ฉะนั้นถ้าหากตรวจพบและรักษาตั้งแต่ในระยะแรก ผลของการรักษาก็จะดีขึ้น การป้องกันการลุกลามของมะเร็งของเต้านม คือ การตรวจพบและรักษามะเร็งเต้านมระยะแรก ฉะนั้นผู้หญิงทุกคนควรที่จะเรียนรู้วิธีการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

ก่อนที่จะตรวจด้วยตนเองจะต้องเข้าใจว่า

๑. ก้อนที่เต้านมไม่ใช่เป็นมะเร็งทุกก้อน จะเป็นมะเร็งเพียง ๒๐–๒๕ เปอร์เซ็นต์ เท่านั้น

๒. ๙๐ เปอร์เซ็นต์ของสตรีที่มีก้อนที่เต้านมมารับการตรวจรักษากับแพทย์ตรวจพบก้อนด้วยตนเอง

๓. มะเร็งที่เต้านมพบได้ในสตรีทุกวัย แต่มักจะพบในสตรีวัยกลางคนและสตรีสูงอายุ

๔. มะเร็งเต้านมรักษาหายได้ ถ้าพบมะเร็งตั้งแต่ระยะแรก การรักษาได้ผลถึง ๙๐ เปอร์เซ็นต์

๕. ต้องตรวจสม่ำเสมอทุกเดือน

๖. เวลาที่เหมาะสมที่สุด คือ ตรวจขณะที่หมดระดูใหม่ ๆ หรือวันสุดท้ายของระดู เพราะระยะก่อนมีประจำเดือนเต้านมจะแข็งเพราะฮอร์โมนเพศสูง ทำให้แข็งคล้ายมีก้อนในเต้านมได้ สำหรับในสตรีที่หมดประจำเดือนแล้ว ควรตรวจทุกวันที่หนึ่งของเดือนเพื่อเป็นการเตือนความจำของตัวเอง

การตรวจเต้านมด้วยตนเองจะต้องทำเป็นขั้น ๆ ตามวิธีที่จะกล่าวต่อไปดังนี้

๑. **การตรวจด้วยวิธีดู** ให้นั่งตามสบายหน้ากระจกเงาบานใหญ่พอสมควรให้มีแสงสว่างเพียงพอ ถอดเสื้อออกให้หมดแล้วปฏิบัติดังนี้

ก. นั่งตัวตรง แขน ๒ ข้างห้อยลงแนบลำตัว แล้วมองดูเต้านมในกระจก

(ภาพที่ ๑)



แสดงแขน ๒ ข้างห้อยลงแนบลำตัวมองดูในกระจก

— ดูรูปร่างและขนาดของเต้านมทั้งสองข้างว่าเท่ากันหรือไม่

— หัวนมเอียงหรือระดับผิดไปจากปกติหรือไม่

— ดูหัวนม ผิวหนังรอบ ๆ หัวนม และผิวหนังที่เต้านมว่าบุ๋มผิดปกติหรือไม่

— ผิวหนังที่เต้านมนูนหรือมีลักษณะคล้ายผิวส้มหรือไม่

— ผิวหนังที่เต้านมมีแผลหรือไม่

— ถ้ามีการเปลี่ยนแปลงจากการตรวจครั้งก่อน หรือมีสิ่งผิดปกติตามที่กล่าวข้างบนนี้ก็ต้องรีบไปพบแพทย์ เพื่อแพทย์จะได้ตรวจว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นการผิดปกติหรือไม่

ข. ขั้นต่อไปให้ยกแขนขึ้นตรงแนบข้างศีรษะ (ภาพที่ ๒)



ยกแขนขึ้นตรงแนบข้างศีรษะ

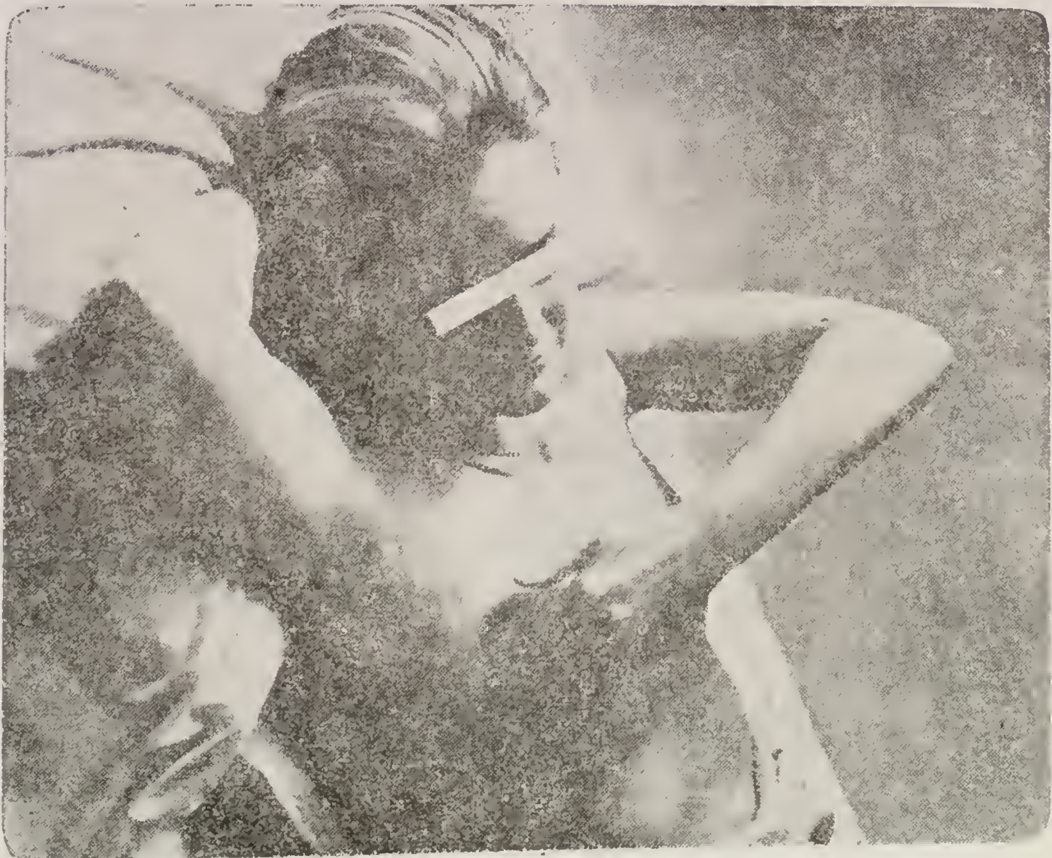
ดูภาพของเต้านมในกระจกให้ละเอียดว่าหัวนมเอียงหรือผิวหนังส่วนใดถูกรั้งจนบุ๋มไปบ้าง

ค. เอามือท้าวสะเอว ห่อไหล่และแขนไปด้านหน้าเล็กน้อย เพื่อให้กล้ามเนื้อใต้เต้านมตึงจะทำให้เห็นการผิดปกติของหัวนมและผิวหนังของเต้านมชัดเจนขึ้น

ง. ถ้าหากเห็นสิ่งผิดปกติเกิดขึ้นให้เอามือคลำดูตรงนั้นว่ามีก้อนมีส่วนแข็งหรือเจ็บผิดปกติหรือไม่

ขั้นต่อไปให้นอนหงายบนเตียง ในผู้หญิงที่มีเต้านมค่อนข้างใหญ่ควรเอาหมอนเล็ก ๆ หรือผ้าเช็ดตัวที่ม้วนแล้วรองไหล่ข้างที่จะตรวจเต้านม วางมือข้างเดียวกับเต้านมที่จะตรวจไว้ใต้คอ

(ภาพที่ ๓)



นอนหงายบนเตียง คลำเต้านม โดยใช้นิ้วสี่นิ้วแนบให้ติดกันแล้วกดคลึงเบา ๆ บนเต้านม

๒. **การตรวจด้วยวิธีคลำ** ควรจะปฏิบัติดังนี้

ก. การตรวจเต้านมข้างขวา ใช้มือขวาหนุนใต้ศีรษะ มือซ้ายคลำเต้านมโดยแนบนิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อยให้ติดกันแล้วกดคลึงเบา ๆ บนเต้านมให้ทั่ว

ข. การที่จะตรวจเต้านมให้ทั่วนั้นให้เคลื่อนนิ้วมือทั้งสี่ขณะที่ตรวจไปตามทิศทางเดียวเป็นวงกลม ใช้ทิศทางการหมุนตามเข็มนาฬิกาเป็นหลัก เช่น เริ่มคลำจากส่วนบนของเต้านมซึ่งสมมุติว่าเป็นตำแหน่งเลข ๑๒ ของนาฬิกา แล้วเลื่อนการคลำด้วยวิธีกดคลึงเบา ๆ มาที่ตำแหน่งเลข ๒, ๓ ของนาฬิกาเรื่อย ๆ จนครบรอบบรรจบที่เดิม คือ ที่ตำแหน่งเลข ๑๒ ของนาฬิกา

ทิศทางของการคลำรอบแรก เริ่มทางรอบนอกของเต้านมก่อน ต่อมาก็คลำเป็นวงใน อาจจะต้องคลำ ๓—๔ วง แล้วแต่ขนาดของเต้านมจนทั่วเต้านม และต้องคลำหัวนมด้วย

ค. ขั้นต่อไปบีบหัวนมเบา ๆ ดูว่ามีน้ำเลือดหรือน้ำเหลืองออกมาหรือไม่

ง. การตรวจเต้านมข้างซ้ายด้วยมือขวาก็ปฏิบัติเช่นเดียวกันตั้งแต่ข้อ ก. ถึง ค.

การตรวจเต้านมด้วยตนเองตามวิธีที่กล่าวมาแล้วเป็นการตรวจเพื่อหาสิ่งผิดปกติต่อไปนี้อยู่ในเต้านมหรือไม่

๑. มีก้อนอยู่ในเต้านมหรือไม่

๒. มีลักษณะแข็ง ๆ ขอบไม่ชัดเจน อยู่ในเต้านมผิดแผกจากเนื้อดีส่วนรอบ ๆ

๓. มีส่วนใดของเต้านมที่กดแล้วเจ็บ

๔. เมื่อบีบหัวนมแล้วมีน้ำเหลือง หรือเลือดไหลออกมาหรือไม่ ยกเว้นสตรีหลังคลอด หรือกำลังให้ลูกกินนม

เมื่อท่านตรวจตามวิธีที่กล่าวมาแล้วข้างต้นพบว่ามีก้อนหรือสงสัย ไม่ว่าก้อนนั้นจะใหญ่ขนาดไหน ท่านควรจะไปพบแพทย์ทันที ให้แพทย์ตรวจดูอีกครั้ง

แว่นส่องธรรม

ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

วัดป่าบ้านตาด อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี

พระธรรมเทศนาอบรมกรรมฐาน

แสดง

ณ สภาการศึกษามหามกุฏราชวิทยาลัย

เมื่อวันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๐๕

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

บัดนี้จักแสดงธัมมิกถา เป็นเครื่องอบรมจิตใจของเรานักปฏิบัติทั้งหลายเท่าที่สามารถ การพึ่งเบื้องต้นจะขอเผดียงให้ทราบ ตามที่ได้เคยเผดียงมาแล้ว เพราะฉะนั้นในโอกาสนี้ เป็นโอกาสที่เหมาะเหลือเกินซึ่งจะได้รับพึ่งการอบรมจิตใจ ให้จิตได้รับการพักผ่อนจากการงานของจิตเสียบ้าง คือว่าการงานของจิตนั้น เป็นการงานที่ทำไม่มีเวลาหยุดยั้ง การงานที่เป็นราชการและการงานที่เป็นกิจส่วนตัวเป็นต้นนั้น ย่อมมีเวลาพักบ้าง แต่การงานของใจนี้เป็นการงานอัตโนมัติ หมุนรอบตัวอยู่ตลอดเวลาไม่มีหยุดยั้ง และหาความสุขให้ใจก็ไม่ได้ด้วย ฉะนั้นโอกาสนี้เป็น

โอกาสที่เราจะได้รับการอบรมพักผ่อนจิตใจให้ได้รับความสงบชั่วครั้งชั่วคราว และเป็นโอกาสอันดีที่เราได้เกิดมาถูกช่องถูกทาง เป็นของที่เราหาได้ยากมาก ตามภาษิตท่านก็ได้กล่าวไว้แล้วว่า

กิจฺโฉ มนุสฺสปฏิลาโภ

บรรดาสัตว์ทั้งหลาย ไม่มีช่องทางและโอกาสที่จะได้ประสบพบเห็นความเป็นมนุษย์ แต่เราได้ประสบพบมาแล้ว คือความเป็นมนุษย์ เป็นของที่หาได้ง่ายสำหรับเรา แต่เป็นสิ่งที่หาได้ยากสำหรับสัตว์ผู้ไม่มีโอกาส เมื่อโอกาสได้เป็นของเราแล้วเช่นนี้ จึงไม่ควรปล่อยโอกาสให้เสียไป การอบรมจิตใจให้ได้รับความสุขนั้น เป็นหนทางที่องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าทุก ๆ พระองค์ได้ทรงสรรเสริญมาแล้ว ใจของเราถ้าไม่มีเวลาพัก ไม่มีเวลาสงบ ก็ไม่เป็นของแปลกจากบรรดาสัตว์ทั่วไป เช่นเดียวกัน กาลใดสมัยใดที่ใจของเราได้มีการพักผ่อนหย่อนใจ ได้รับการอบรม เราจะได้เห็นโทษแห่งความคิดความปรุง ความวุ่นวายของใจ เราจะได้เห็นคุณแห่งความสงบของใจในเมื่อเราได้เข้าถึงความสงบแล้ว จะได้เป็นบาทฐานหรือศรัทธาแห่งความตั้งมั่นในหลักแห่งกรรมเป็นลำดับไป

การฟังเทศน์ไม่จำเป็นที่จะกำหนดออกมาสู่ภายนอก เช่น กำหนดออกมาสู่ท่าน ผู้เทศน์ดังนี้ไม่จำเป็น สิ่งที่จำเป็น คือกำหนดดูหัวใจของตนในขณะที่ฟังเทศน์ เมื่อเราตั้งใจไว้ด้วยดี รักษาใจของเราด้วยสติให้มีความรู้จดอยู่จำเพาะใจแล้ว เรื่องของพระธรรมเทศนาจะแสดงมากน้อย ลึกตื้น หยาบละเอียดเท่าไร จะต้องเข้าไปสัมผัสที่ใจของเราที่ตั้งไว้ดีแล้วนั่นเอง ธรรมจะเป็นเครื่องกล่อมเกลาจิตใจของเราให้ได้รับความ

สงบ ธรรมส่วนใดที่ตกค้างอยู่ในขณะที่เราฟังพระธรรมเทศนาเข้าสู่ความจดจำ ธรรมส่วนนั้นเป็นของเราที่จะได้นำไปประพฤติปฏิบัติในกาลต่อไป โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความสงบใจในขณะฟังธรรมสำคัญมาก คำว่า ความสงบบางท่านก็จะไม่เข้าใจ ความสงบกับความฟุ้งซ่านเป็นของคู่กัน ความฟุ้งซ่านวุ่นวาย เกิดจากความคิดความปรุงของจิตใจ จะปรุงทางอดีตก็ตาม ทางอนาคตก็ตาม ปรุงเรื่องดีก็ตาม เรื่องชั่วก็ตาม ย่อมจัดว่าเป็นงานของจิตทั้งสิ้น เมื่อใจของเราได้ปล่อยงานนั้น ๆ เสีย เข้ามาพักดำรงตนอยู่ด้วยความสงบ ปราศจากความปรุงแต่งใด ๆ ขณะฟังเทศน์ก็มีความรับรู้อยู่กับพระธรรมเทศนาเท่านั้น นี้ท่านเรียกว่า ใจของเราได้รับความสงบ เมื่อใจของเราได้รับความสงบแล้ว ก็จะเป็นเหตุให้มีความเยือกเย็นในจิตใจ ใจก็มีกำลัง นอกจากใจของเรามีกำลังแล้ว ยังสามารถที่จะทำร่างกายของเราซึ่งเป็นสมบัติของใจนี้ให้มีพลังงานขึ้นอีกได้ เพราะเหตุนั้น ธรรมโอสถจึงเป็นของจำเป็นทั้งภายในและภายนอก คำว่าภายในหมายถึงใจ ที่ได้รับธรรมโอสถเป็นเครื่องเยียวยา แต่ใจก็จะได้เห็นเหตุเห็นผล เห็นความสงบสุขภายในจิตของตน และเห็นความทุกข์ขึ้นเป็นลำดับภายในใจ คำว่าภายนอก หมายถึงกายของเราจะได้มีความสุขความสบาย นี่เรียกว่า "ธรรมโอสถเครื่องเยียวยาจิตใจของเรา" และเยียวยาธาตุขันธ์ของเรา ให้มีความสุขกายสบายเสียได้

ในเบื้องต้นได้กล่าวไว้แล้วว่า "เราทั้งหลายได้เป็นผู้ประสบโอกาสอันดี คือความเป็นมนุษย์" ในเบื้องต้นเราได้เป็นมนุษย์ และได้พบพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นของแท้ของจริง สัตว์ประเภทอื่น เขาไม่มีโอกาสที่จะรู้จักว่า การทำดีเป็นผลอย่างไร การทำชั่วเป็นผลอย่างไร

ความทุกข์ความสุขเป็นอย่างไร เขาไม่ทราบ เขาไม่มีโอกาสที่จะพยายามแก้ไขสิ่งที่เป็นความชั่ว และเขาไม่มีโอกาสที่จะบำเพ็ญคุณงามความดีให้เกิดให้มีขึ้นในตัวของเขาได้ แต่สำหรับมนุษย์เราซึ่งได้ลาภอันประเสริฐในความเป็นมนุษย์มาแล้ว ย่อมมีโอกาสที่จะรู้ได้ทั้งดีทั้งชั่วบาปบุญคุณโทษทุกประเภท นี่จัดว่า ความเป็นมนุษย์เป็นลาภอันประเสริฐแล้วทีแรกมันจะเกิดขึ้นจากงาน คือ การทำคุณงามความดี จากการอบรมคุณงามความดี และพยายามแก้ไขความชั่วที่เราได้กระทำมาแล้ว ในคราวที่ได้มีจิตลุ่มหลงเป็นกำลัง พยายามทำคุณงามความดีให้เกิดมีขึ้นที่เราเอง ที่กาย ที่วาจา และที่ใจของเราเอง ก็จัดว่าเป็นลาภอันหนึ่งของพวกเราแล้ว ถ้าเราได้ผ่านความเป็นมนุษย์ ก็ได้ลาภเพียงมนุษย์เท่านั้น ลาภที่สอง คือคุณงามความดีที่เราจะสั่งสมให้เป็นนิสัยติดกับจิตกับใจของเราไปในกาลข้างหน้า ให้อยู่เย็นเป็นสุขด้วยอำนาจความดี ถ้าปัจจุบันเราไม่สามารถที่จะอบรมทำให้เกิดให้มีขึ้นที่ตัวของเราแล้ว ก็ชื่อว่าเราได้ขาดลาภในส่วนนี้ไป

เพราะฉะนั้นพึงทราบว่า ท่านกล่าวว่า "มนุสฺสปฏิลาโภ" ดังนี้ ความเป็นมนุษย์เป็นลาภนั้น หมายถึงความเป็นมนุษย์ในเบื้องต้น ลาภที่สองซึ่งเป็นสิ่งสำคัญนั้น เป็นสิ่งที่เราทั้งหลายจะพึงทำให้เกิดให้มีขึ้นในตัวของเรา หากยังความเป็นมนุษย์ให้เกิดขึ้นเท่านั้น แล้วมนุษย์ในโลกนี้มีมากมายก่ายกอง ถ้าทำตัวไม่ดีเสียเช่นนี้ ถ้าจะขาดจากความเป็นมนุษย์ในกาลข้างหน้า หรือก็จะกลายเป็น "มนุสฺสติรจฺฉาโน" ไปเสีย ไม่ได้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ด้วยศีลด้วยธรรม เพราะเหตุนั้นเราพึงย่นเข้าได้ว่าความเป็นมนุษย์ที่หาได้ยากนั้นย่นเข้าถึงความเป็นมนุษย์ที่ดีมีศีลมีธรรม

รู้บาปบุญคุณโทษ จนสามารถแก้ไขอุปสรรคให้ได้เป็นลำดับในกาลนั้น ๆ ทั้งอุปสรรคในทางฝ่ายโลก ทั้งอุปสรรคในทางฝ่ายธรรม ทางฝ่ายโลก หมายถึงการงานหรือความประพฤติในทางผิด เมื่อกระทำลงไปด้วยกาย วาจา ใจ โดยปราศจากปัญญา จะปรากฏผลเดือดร้อนแก่ตนและผู้อื่น จึงควรพยายามหลีกเว้นให้ห่างไกล จนเป็นนิสัย เคยชินต่อการละชั่ว ทำแต่ความดี ชีวิตก็จะเป็นไปเพื่อความราบรื่น เรียกว่า ผ่านอุปสรรคไปได้ทางหนึ่ง ทางฝ่ายธรรมหมายถึงอาสวกิเลส ซึ่งเป็นเครื่องผูกรัดจิตใจของตนให้หมดสิ้นไปโดยลำดับ ๆ มนุษย์ประเภทนี้ จัดว่าเป็นมนุษย์ที่หาได้ยาก ดังองค์พระศาสดาพร้อมทั้งพระสาวกและสาวิกาเหล่านั้น เป็นสัตว์ที่หาได้ยาก เป็นมนุษย์ที่น่ากราบ น่าไหว้ น่าเคารพบูชาเหลือเกิน แต่มนุษย์นอกจากนั้น ก็เป็นผู้มีคุณงามความดีรองลำดับกันมา ซึ่งตนของตนได้เกิดมาเป็นมนุษย์ เพราะเหตุนั้น เราทั้งหลายจึงบำเพ็ญตนของตนให้เป็นมนุษย์ที่หาได้ยาก ตามที่ได้กล่าวไว้แล้ว และในลำดับที่สองว่า

กิจฺฉํ มจฺจาน ชีวิตํ.

ความได้ผ่านพ้นอุปสรรค คือความล้มความตายมาแล้วจนถึงในวันนี้ นี่ก็นับว่าเป็นลาภอันหนึ่งแห่งชีวิตจิตใจของเรา และพึงทราบในขณะเดียวกันนี้ว่า ชีวิตจิตใจนี้ไม่เป็นรูป ไม่เป็นตัว ไม่เป็นวัตถุ แต่เป็นเพียงหายใจเข้า หายใจออก เราจะวัดตัวของบุคคล หรือจะเอาความหนุ่มความแก่มาวัดก็ไม่ถูก ข้อสำคัญอยู่กับลมหายใจเท่านั้น ถ้าหายใจเข้าแล้วไม่ออก เขาก็เรียกว่า "คนตาย" ถ้าหายใจออกแล้วไม่เข้า เขาก็เรียกว่า "คนตาย" เช่นเดียวกัน คนตายย่อมไปจากคนเป็นนี้ทั้งนั้น

เราเห็นอยู่ในที่ทั่วไป สัตว์ตาย สัตว์เป็น คนตาย คนเป็น เดินเข้าไปในตลาด เราจะเห็นแต่ป่าช้าของสัตว์ทั้งนั้น ทั้งสัตว์เป็นทั้งสัตว์ตายเกลื่อนกล่นกันอยู่นี้ สัตว์เป็นก็เป็นเพื่อจะตาย สัตว์ตายก็ไปจากสัตว์เป็น อยู่ด้วยกันทั้งสัตว์ตายทั้งสัตว์เป็น เมื่อคนตายแล้วไปฝั่ง ณ ที่ใด เผา ณ ที่ใด เขาก็เรียกว่าป่าช้า แท้ที่จริงป่าช้ามีอยู่ทั่วไป แม้ในสถานที่เรานั่งอยู่เดี๋ยวนี้ก็เป็นป่าช้าเหมือนกัน ถ้าเราหมายถึงว่า สัตว์เกิดมาแล้ว ได้ตายลงในสถานที่ใด สถานที่สัตว์ตายนั่นเอง เรียกว่า "ป่าช้า" นี่ก็ไม่เป็นของแปลก เพราะแผ่นดินทั้งแผ่นเป็นป่าช้าของสัตว์ทั้งนั้น ไม่มีสถานที่ใดที่จะว่างจากความเป็นป่าช้าของสัตว์ มนุษย์ที่เป็นกับมนุษย์ที่ตายอยู่ด้วยกันเช่นนี้แต่ไหนแต่ไรมา แม้จะไปเผาในวัดใด ๆ ก็ตาม เช่นในกรุงเทพ ฯ นี้ ไม่มีโอกาสที่จะได้เผาตามป่าตามรกเหมือนอย่างในชนบท เช่น บ้านป่าขาดงทั้งหลาย ประเพณีของบ้านป่าขาดอนนั้น ในเมื่อคนตายแล้วเขาก็นำศพไปเผาตามป่า จึงเรียกที่เช่นนั้นว่า "ป่าช้า" แต่ในกรุงเทพ ฯ ของเรากลายเป็นวัดไปเสีย ไปเผาในวัดจึงไม่เรียกป่าช้า เรียกเพียงเมรุเท่านั้น เมรุก็คือป่าช้าสำหรับเผาศพนั่นเอง นี่ถ้าเราได้พิจารณาถึงสภาพเหล่านี้ ทั้งที่เป็นสังขารธรรม ผู้ที่ตายแล้วนั้นไปจากคนเป็นแล้ว ก็เป็นเหตุที่จะไม่ให้เรานิ่งนอนใจในชีวิตจิตใจของเรา ซึ่งเป็นอยู่ ณ บัดนี้ก็เป็นอยู่เพื่อจะตายด้วยกันทั้งนั้น สิ่งใดเล่าที่เราจะพึงอบรมให้เป็นมงคลแก่จิตใจของเรา สิ่งใดเล่าที่เราจะบำเพ็ญให้เกิดให้มีขึ้นในตัวของเรา คือ ทางกาย ทางวาจา ทางใจ เพื่อให้เป็นประโยชน์แก่ตนของตน เราจึงไม่ควรนิ่งนอนใจ คำว่า บุญนั้นหมายถึง "ความสุข" จะเป็นความสุขที่เกิดขึ้นทางใดก็ตาม ทางกายก็ตาม ทางใจก็ตาม เป็น

สิ่งที่เรามุ่งปรารถนาทั้งนั้น ชื่อว่าความทุกข์แล้ว แม้จะมาสัมผัสเพียงเล็กน้อย ใคร ๆ ก็ไม่ต้องการ แม้แต่สัตว์เดรัจฉานก็ไม่ต้องการ แต่มันเหลือวิสัยที่จะผ่านพ้นความทุกข์ไปได้ เมื่อเราคิดเห็นเหตุผลความเป็นความตาย คนเป็นคนตายไปจากคน ๆ เดียวแล้ว เราจึงไม่ควรประมาทในสกลกาย คือ ชีวิตจิตใจของเรานี้ เพราะว่าชีวิตจิตใจนี่น่ะ อยู่กับลมหายใจเท่านั้น ไม่มีปรอทเป็นเครื่องวัด ไม่มีอันใดที่จะวัดได้ว่า คนนั้นยังเหลืออีกเท่านั้นเท่านี้ปี คนนั้นมีอายุเท่านั้น ยังอีกเท่านี้จึงจะตาย หรือร่างกายของบุคคลนี้ยังสมบูรณ์ยังไม่ควรจะตาย หรือยังหนุ่มยังสาวอยู่จึงไม่ควรจะตาย ดังนี้คาดไม่ได้ทั้งนั้น อยู่กับลมหายใจ เมื่อลมหายใจหมดแล้วในกาลใด กาลนั้นเขาก็เรียกว่าคนตายทันที แม้จะเก็บไว้ในบ้านยังไม่นำไปเผาที่ไหน เขาก็เรียกผีตายอยู่แล้ว ก็กลายเป็นผีหลอกขึ้นมาทันที แม้เป็นลูกเป็นหลานหรือเป็นลูกเป็นเต้าก็ตาม แต่ก่อนก็ถือว่าเป็นพ่อเป็นแม่ เป็นปู่ ย่า ตา ยาย พอชีวิตจิตใจได้ออกไปจากร่างของบุคคลนั้นเท่านั้น ก็เลยกลายเป็นผีแก่ลูกแก่หลานขึ้นมาทันที ทำให้หวาดเสียวหรือน่ากลัวไปหมดทั้งร่าง นี่ก็ไปจากคนเป็นนี่เท่านั้น เพราะฉะนั้น ผู้ที่มีสภาพที่จะแตกจะดับอยู่ทั่วสกลกายของเรา อยู่รอบด้านของเราแล้ว เรียกว่าเราอยู่ในกองเพลิง เราจะหาวิธีอุบายใด ๆ ที่จะแหวกว่ายออกจากกองเพลิงนี้ได้ จะไม่ได้เผาผลาญเราอยู่เป็นเวลานาน ผู้ที่ไม่ประมาท ในเมื่อได้พิจารณาถึงเรื่องความเป็นความตายอันนี้ ซึ่งไม่เป็นสาระแก่นสาร ทั้งใคร ๆ ไม่ต้องการ แต่เมื่อได้ยึดถือความตายเหล่านี้ หรือความแก่ ความสลาย ความทำลาย ความแปรสภาพเหล่านี้เป็นหลักใจเป็นนิมิตเครื่องเตือนจิตใจอยู่เสมอแล้ว ก็สามารถที่จะบำเพ็ญตนของตน

ให้เป็นประโยชน์ขึ้น ด้วยอำนาจสิ่งที่ไม่เป็นแก่นสาร เพราะความตาย ใคร ๆ ไม่ต้องการ เช่นอย่างพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า "ชาติปิ ทุกฺขา ชราปิ ทุกฺขา" ดังนี้เป็นต้น ท่านก็ตรัสว่าเป็น อริยสัจจ์ ความเป็น ความตายใครจะต้องการเล่า พระพุทธเจ้าทำไมท่านจึงแสดงอย่างนี้ ท่าน แสดงอย่างนี้ ท่านมิได้หมายให้เอาความตายนั้นมาเป็นสมบัติของตน หมายถึงว่า ให้พิจารณาถึงเรื่องความตายแล้วจะเป็นเหตุให้ไม่ประมาท จะได้บำเพ็ญคุณงามความดี สิ่งใดที่เป็นประโยชน์แก่ตนแล้ว จะได้ขวน ขวายรีบเร่งในเมื่อชีวิตยังมีอยู่ เมื่อชีวิตจิตใจหาไม่แล้ว ทำเท่าไรก็ยุติลง เพียงเท่านั้น ทำได้มากก็ตาม ทำได้น้อยก็ตาม เมื่อจิตใจของเราหมด เมื่อใดแล้ว เราก็ต้องยุติคือหยุด เราได้มากได้น้อย เราก็เสวยผลตามกำลัง แห่งกรรมที่ได้ทำไว้แล้ว ผลที่เราได้รับนั้น ก็ได้รับมากน้อยตามกำลัง แห่งกรรมที่ได้ทำไว้แล้วมากน้อยตามกำลังของเรา เพราะเหตุนั้น ในบท ที่สองที่ท่านว่า "กิจฺฉํ มจฺจาน ชีวิตํ" ชีวิตเป็นของหาได้ยากนี้ คือ หาได้ยากในกาลที่บุคคลได้มีคุณงามความดี ที่จะให้สัมพันธ์เกี่ยวเนื่องไป กับชีวิตจิตใจของตนประจำวัน ๆ อย่าได้มีความประมาทนอนใจ ในวัน หนึ่ง ๆ อย่างน้อยที่สุดจะไม่ได้ทำอะไรเลย ก็ขอให้ได้ไหว้พระสวดมนต์ นอนก็ขอให้นอนกับคำว่า พุทโธ ธัมโม สังโฆ หรือกำหนดลมหายใจเป็น บทธรรมเข้ากับจิตใจของเรา เมื่อเวลาหลับไปก็จะได้ไม่ฝันลามกต่าง ๆ หรือขาดใจตายเสียในขณะที่นอนหลับก็ให้เป็น "สุคโต" คือไปดีด้วย อำนาจแห่ง พุทโธ ธัมโม สังโฆ เป็นบทธรรมที่ดี เป็นเครื่องกำกับจิตใจ ของเราให้ไปสู่ที่ดีได้ นี่การอบรมจิตใจเป็นผลเป็นประโยชน์เช่นนี้ นี่ เป็นบทที่สอง ในอันดับที่สามว่า

กิจฺฉํ สทฺธมฺมสฺสวนํ

การได้ฟังพระธรรมเทศนานั้น ท่านว่าเป็นของยาก คำว่าเป็นของยากนั้น ยากสำหรับบุคคลที่ไม่อยากฟัง และสำหรับบุคคลในสมัยนี้ ธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าได้ประกาศไว้กว่า ๒๕๐๕ ปีแล้ว ไม่ปรากฏว่ามีความบกพร่อง ในทางศีลก็ดี ในทางสมาธิก็ดี ในทางปัญญาก็ดี ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ล้วนแล้วแต่เป็นธรรมซึ่งเป็น "สวากขาตธรรม" ที่พระองค์ทรงกล่าวไว้ดีแล้วทั้งนั้น เหตุใดท่านจึงกล่าวว่า ยากสำหรับในสมัยนี้ แต่ในสมัยที่ไม่มีพระพุทธเจ้า ไม่มีพระธรรม ไม่มีใครสามารถที่จะมาแสดงได้นั้น นั่นนับว่ายาก ยกให้ว่าเป็นของยากจริง แต่จะยากอยู่ตลอดกาลนั้น ไม่ใช่เช่นนั้น ยากสำหรับเราที่จะไม่มีโอกาสความไม่พอใจ โลกมันบังคับจิตใจ ท่วมถมจิตใจ ไม่ให้มีเวล่ำเวลาที่จะสดับตรับฟัง คือ ตรองดูเหตุดูผล ดูความล้มความตาย ความแก่ความทรมาน ความทุกข์ซึ่งมีภายในกายในใจของตนเหล่านี้ นี่เรียกว่า พระธรรมเทศนา ทั้งนั้น เราไม่มีโอกาสที่จะสดับตรับฟังจากพระท่านเทศน์ โอกาสที่ได้พิจารณาสกลกายความเป็นอยู่ ซึ่งมันเดินอยู่ตลอดเวลา ในรอบด้านแห่งสกลกายของเรา ไม่มีด้านไหนที่จะไม่แก่ ไม่มีด้านไหนที่จะไม่เจ็บ ไม่มีด้านไหนที่จะไม่ตาย มันแตกมันดับด้วยกันทั้งนั้น แปรสภาพอยู่ทุกส่วนทุกอวัยวะซึ่งมีอยู่ในร่างกายนี้ นี่การที่เราฟังธรรมเป็นของหายากนั้น หมายถึงยากเพราะอำนาจแห่งจิตใจของเรามันถูกกิเลส ตัณหาอาสวะผูกมัดรัดรึงฉุดลากไปในสถานที่ไม่ควร ถ้าจะฝืนไปในทางธรรมแล้ว มันฝืนยากฝืนลำบาก นี่ละการที่จะฟังธรรมมันเป็นของยากอย่างนี้

สำหรับสมัยปัจจุบัน เพราะสมัยนี้ธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าได้ทรงประกาศไว้แล้ว เพราะเหตุนั้น เราจงพยายามฝึนจิตใจของเรา ไตร่ตรองดูความเป็นอยู่ เราไม่ต้องมองดูนอกก็ได้ ถ้าหากมองดูนอกมันเป็นของลำบาก ให้เรามองดูตัวของเรานี่แหละ อริยสัจจ์ก็จะเต็มไปในกายในใจของเราทั้งนั้น จะประกาศอยู่ทั้งกลางวันกลางคืน ทั้งยืน เดิน นั่ง นอน จะมีแต่อริยสัจจ์ทั้งนั้น อริยสัจจ์ทั้งนี้ล้วนแล้วแต่เป็นธรรมคำสั่งสอนของพระ-พุทธเจ้า พระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ ที่จะปรากฏพระองค์ขึ้นมาได้ชื่อว่าเป็นพุทธะ เป็นศาสดาของโลกก็ดี พระสาวกทั้งหลายที่จะปรากฏองค์ว่าเป็นสาวกของพระพุทธเจ้าและมาปรากฏองค์ของท่านว่าเป็นสรณะของเราทั้งหลายก็ดี ล้วนแล้วแต่ท่านได้พิจารณาเรื่องอริยสัจจธรรมทั้งสี่ ซึ่งมีอยู่รอบตัวของท่านนี้ได้โดยชัดเจนแจ่มแจ้ง จนรู้เห็นตามเป็นจริงในสภาว-ธรรมทั้งหลาย สิ่งทั้งหลายที่เห็นว่าเป็นข้าศึกแต่ก่อน มีชาติความเกิด ชราความแก่ และมรณะความตายเป็นต้นเหล่านี้ ก็ได้กลายเป็นคู่มิตร กลายเป็นคติธรรมดา เพราะท่านเห็นตามเป็นจริง ในสภาวธรรมทั้งหลายแล้ว ไม่มีการตำหนิติโทษในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เพราะเขาเป็นอยู่เช่นนี้ ในเมื่อทางเดินของวัฏฏะมันมีอยู่ตราบใด เรื่องความเกิด ความแก่ ความเจ็บ และความตาย ซึ่งเป็นผลของวัฏฏะ มันต้องแสดงอยู่ตราบนั้น ทางเดินของวัฏฏะคืออะไรเล่า เราจะหาที่อื่นที่ไหนไม่ได้อีกเหมือนกัน นอกจากเราจะดูหัวใจของเรา ซึ่งเป็นตัววัฏฏจักรเท่านั้น เพราะเหตุใดจึงว่าหัวใจของเราเป็นวัฏฏจักร โลภะเล่าเกิดมาจากที่ไหน คนตายแล้วไม่มีความโลภ คนตายแล้วไม่มีความโกรธ คนตายแล้วไม่มีความหลง คนตายแล้วไม่มีความรักความชัง ไม่มีความอิจฉาบังเบียดใคร ๆ ทั้งนั้น

ไม่เป็นกิเลสตัณหาแก่คนตาย มันเกิดขึ้นแต่หัวใจดวงนี้เท่านั้น คำว่าเกิดนั้น หมายถึงใจดวงนี้ไปก่อกำเนิดเกิดมาในสถานที่ต่าง ๆ แล้วแต่อำนาจแห่งกรรมของตนที่ได้ทำไว้แล้ว กดดันหัวใจดวงนั้นเอง ให้ไปเกิดในสถานที่นั้น เมื่อไปปรากฏในสถานที่ใด รูปกายอันใด จะเป็นสัตว์ก็ตาม บุคคลก็ตาม ท่านก็เรียกว่า มันเป็นผลแห่งวัฏฏะ มันแสดงตัวขึ้นมาแล้วให้เป็นรูปเป็นกาย เป็นหญิงเป็นชาย นี้ท่านเรียกว่า ความเกิด เมื่อเกิดขึ้นมาแล้วเช่นนี้ ความแก่เราไม่ต้องถาม มันก็ต้องเป็นเงาขึ้นมาตามตัวกับความเกิดนั้น ความเกิดความตาย เมื่อเราได้สร้างบ้านสร้างเรือนให้เขาแล้ว ความทุกข์ทรมานเราจะขับไล่ไสส่งเขาไปไหนเล่า บ้านเรือนก็คือกายนี้เอง เป็นบ้านเป็นเรือนของทุกข์ เหตุที่จะเป็นบ้านเป็นเรือนขึ้นมา ก็เพราะนายช่าง นายช่างก็คือตัณหา ตัณหาก็ออกจากความหลงโลกนั่นเอง หลงในความที่เราเคยเจ็บ เคยแก่ เคยตายเท่าไร ก็เข้าใจว่าจะดีอยู่นั่นแหละ มันก็กดดันให้เป็นอยู่เช่นนี้ นี่ท่านเรียกว่าวัฏฏะ มันออกมาจากหัวใจดวงนี้ ทีนี้เมื่อมันปรากฏเป็นความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ที่ท่านเรียกว่า เป็นผลของวัฏฏจักร มันแสดงตัวขึ้นมารอบด้าน ผู้ที่จะยกตนของตนให้พ้นจากกองทุกข์ จำเป็นที่จะต้องพิจารณาสภาพนี้ ที่มีอยู่รอบด้านทุก ๆ ท่าน ให้เห็นไปวันละเล็กละน้อย ไตร่ตรองอยู่เสมอ นี่เรียกว่าฟังธรรม เราจะฟังพระธรรมเทศนาจากพระ ก็เป็นธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ฟังในทางสถานีวิทยุกระจายเสียงก็เป็นธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เราจักฟังจักตรองดูตามเหตุตามผล ในความเป็นอยู่ของตนและความเป็นอยู่ของธรรมที่ได้ผ่านเห็นในทางตาก็ดี ทางหูก็ดี ได้ยินเสียงก็ดี เสียงดีก็ดี เสียงไม่ดีก็ดี เสียงร้องไห้ก็ดี เสียง

หัวเราะก็ดี ได้ยินข่าวว่าเขาตายก็ดี ได้ยินข่าวว่าเขาเจ็บก็ดี ได้ยินข่าวว่าเขาฝังที่ไหน เผาที่ไหนก็ดี มันล้วนแล้วแต่เป็นอริยสัจจ์ จัดเป็นธรรมที่ออกมาจากหัวใจ ซึ่งเป็นตัวของวัฏฏะทั้งนั้น เมื่อเราพิจารณาเห็นสภาพความเป็นอยู่ของโลกตามเป็นจริงเช่นนี้แล้ว ใครจะอยากมาอยู่ในกะทะแห่งกองทุกข์นี้ มันร้อนระอุอยู่ตลอดเวลา โลกนี้ใครจะมาอยู่ให้ร่มเย็นเป็นสุขเป็นอิสระเสรีแล้ว มันเป็นไม่ได้สักรายเดียว โลกอันนี้มันต้องเป็นอย่างนั้น นี่การพิจารณาให้เห็นโทษแห่งความเกิด โทษแห่งความทุกข์ต้องดูความทุกข์ของเรา ถ้าเราไม่เห็นโทษของเราแล้ว เราจะไม่มีโอกาสเห็นโทษ ซึ่งมันเกิดขึ้นจากความทุกข์นั้น และจะเห็นคุณในการที่เราจะก้าวพ้นไปจากความทุกข์ไม่ได้ เพราะเหตุนั้น องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าก็ดี พระอริยสาวกก็ดี ท่านจึงถืออริยสัจจธรรมทั้งสี่นี้เป็นของประเสริฐสุดประจำศาสนาของท่าน และเป็นหนทางที่บรรดาสัตว์จะได้เต้าไปตาม อริยสัจจธรรมทั้งสี่นี้ให้ถึงแดนอันเกษมได้แก่วิมุตติพระนิพพาน คำว่า วิมุตติ ก็คือ ความหลุดพ้นจากสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เอง จิตใจที่เต็มด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง ในเมื่อได้ถูกซักฟอกด้วยปัญญาถูกอบรมด้วยอำนาจแห่งคุณงามความดี เริ่มต้นตั้งแต่ ทาน ศีล ภาวนาขึ้นไปตามลำดับ ๆ จนมีความสามารถแก่กล้าแล้ว ก็สามารถที่จะตัดหัวใจคือวัฏฏะอันเต็มไปด้วยอวิชชาอันนี้ ให้พ้นไปจากอวิชชาความหลงตนเสียได้ กลายเป็นความรู้ขึ้นมาอย่างล้วน ๆ ไม่มีอันใดที่จะเคลือบแฝงอีกต่อไป นั่นท่านเรียกว่าพระนิพพานใครจะตั้งชื่อหรือไม่ตั้งก็ตาม ในเมื่อถึงจุดนั้นแล้ว เป็นความรู้ที่เรียกว่า ความรู้ในหลักธรรมชาติแท้ ไม่ใช่ว่าจะมีอยู่เฉพาะผู้ได้พระนิพพานเท่านั้น คนเราและสัตว์ที่ยังไม่ถึงพระ-

นิพพาน ความรู้ที่เป็นเชื้อเดิมที่จะรับรู้สิ่งทั้งหลายก็ยังมีอยู่ประจำ เช่น เมื่อเด็กเกิดขึ้นมาใหม่ ๆ ตกคลอดออกมาจากท้องแม่ใหม่ ๆ นั่นน่ะ เขาได้รู้ได้เรียนอะไรบ้าง เช่น รสหรือชื่อของรส มีรสหวาน รสเค็ม เป็นต้น ไม่มีใครได้มีโอกาสเรียนทั้งนั้น ที่มีเมื่อเขาดื่มนม เขาจะต้องรู้รสหวานรสเปรี้ยวหรืออะไรก็ดี หรือเมื่อเขาจะรับประทานอาหารเพราะความหิว เขาจะแสดงอาการอย่างไรขึ้นมาให้เราทราบอีก เวลาเขาอิ่มแล้วก็แสดงอาการให้เราทราบ เราจะฝืนให้เขารับอีกเขาก็ไม่ยอมรับ นี่แสดงว่า ความรู้ในหลักธรรมชาติเริ่มแสดงออกมาให้รู้ ตั้งแต่เมื่อเด็กจนกระทั่งถึงเราทั้งหลายนี้ก็เหมือนกัน เช่น เราได้สิ่งต่าง ๆ มีขนมเป็นต้นมาจากเมืองนอก เราไม่เคยรู้จักเลยว่า ขนมอันนี้เป็นชื่ออะไร เมื่อได้เข้าไปสัมผัสกับลิ้นแล้ว ลิ้นจะบอกทีเดียวว่า ขนมประเภทนี้เป็นอย่างไร ลิ้นจะตัดสินขึ้นมาเอง นี่คือความรู้ในหลักธรรมชาติ แต่เป็นความรู้ชั้นสามัญ ธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ก็เป็นธรรมในหลักธรรมชาติมีอยู่ในตัวของเราทุก ๆ ท่าน ขอแต่เราได้พยายามอบรมพินิจพิจารณาฟังธรรมในตัวของเรานี้แล้ว ความรู้ของเรา ก็จะค่อยคลายเป็นความรู้ที่เต็มไปด้วยเหตุผล และรอบคอบในตัวเอง จนสามารถยกฐานะของตนขึ้นสู่ความรู้ธรรมชาติชั้นวิสามัญได้เช่นเดียวกับพระพุทธเจ้า และพระสาวกทั้งหลายฉะนั้น ในอันดับที่สี่ว่า

กิจฺโฉ พุทฺธานมุปฺปาโท

ในเมื่อเราได้ขวนขวายอบรมพินิจพิจารณาฟังพระธรรมเทศนาซึ่งเป็นของหาได้ยากนี้แล้ว พยายามทำให้เป็นของที่ง่ายเกิดขึ้นในตัวของ

เรา จนกระทั่งในใจของเรามีความดูดดื่มที่จะฟังพระธรรมเทศนา ทั้งภายนอกภายในอยู่ทุกเวลาแล้ว คำว่า "พุทโธ" ซึ่งเป็นของที่จะเกิดขึ้นได้ยากนั้น จะปรากฏขึ้นในหัวใจของเรา คำว่า พุทโธนี้ แยกได้ ๓ ประเภท คือ

พุทโธ ซึ่งเป็นของพระพุทธเจ้า ที่อุบัติขึ้นในโลกนี้แต่ละครั้ง ๆ แต่ละพระองค์ ๆ เป็นของหาได้ยากอย่างหนึ่ง

พุทโธ ที่เกิดขึ้นเป็นธรรมชาติที่บริสุทธิ์ ของพระสาวกทั้งหลายนั้น ก็เป็นของที่หาได้ยากอย่างหนึ่ง

พุทโธ ของสามัญสัตว์ ผู้อยู่ภายใต้อำนาจกิเลส จัดเป็นพุทโธที่หาได้ง่ายประเภทหนึ่ง

เพราะเหตุใดเล่า เพราะพุทโธอันนี้ ได้ถูกกิเลสตัณหา อาสวะควบคุมหุ้มห่อไว้หรือกดขี่บังคับไว้ ไม่ให้แสดงตัวออกมาเป็นอิสระเสรีได้ ในเมื่อจิตคือความรู้ประเภทนี้ไม่สามารถที่จะหลุดพ้น คือยกตนออกมาจากโคลนตม กล่าวคือกิเลสาสวะได้แล้ว ธรรมชาตินี้จะรู้เหตุรู้ผลในสภาวธรรมทั้งหลาย ที่เป็นจริงตลอดเวลาได้อย่างไรเล่า เมื่อธรรมชาติอันนี้ได้ถูกพินิจพิจารณาขัดเกลาอยู่เสมอ ด้วยการอบรมคุณงามความดี เริ่มต้นตั้งแต่สมาคมกับนักปราชญ์บัณฑิต ผู้ฉลาดในทางแก้ไขตนของตนให้พ้นอุปสรรค ไม่ว่าอุปสรรคภายนอก อุปสรรคภายในแล้ว ก็จะเป็นปัจจัยให้ตนของตนมีได้ ความรักความชอบในคุณงามความดี แล้วก็บำเพ็ญตนของตนตามความสามารถ จนเกิดความชำนิชำนาญหรือความติดใจพอใจในการที่จะบำเพ็ญตนของตน ถึงกับว่าวันหนึ่ง ๆ ถ้าไม่ได้ให้ทานแล้ว

อยู่ไม่ได้ ไม่ได้รักษาศีลแล้วอยู่ไม่ได้ ไม่ได้เจริญเมตตาภาวนาเสียอย่างนี้อยู่ไม่ได้ เมื่อใจของเราได้มีความพอใจถึงขนาดนี้จนสามารถพินิจพิจารณา หรือฟังธรรมโดยอัตโนมัติ ซึ่งเป็นของปรากฏอยู่ภายในกายในใจของตนเองได้จนชัดเจนแจ่มแจ้งแล้ว พุทโธ คือ ธรรมชาติที่รู้ซึ่งถูกกดขี่ด้วยอำนาจกิเลสนี้ ก็จะค่อยโผล่ขึ้นมาเป็นลำดับ ๆ จนกระทั่งได้มีความรู้ความสามารถอย่างเต็มที่แล้ว ถอดถอนสิ่งที่เป็นข้าศึก ออกจากจิตใจของตนเสียได้โดยสิ้นเชิง ไม่มีอะไรเหลือนั่นแล พุทโธที่เป็นของหาได้ยากนั้น จะปรากฏเป็นพุทโธที่แท้จริงสำหรับตัวของเรา นี่เมื่อแยกออกไป คำว่า "พุทโธ" เป็นของพระพุทธเจ้านั้น เป็นพุทโธประเภทหนึ่ง "ธัมโม" ซึ่งเป็นของพระพุทธเจ้านั้น ก็เป็นธรรมประเภทหนึ่ง เป็นสมบัติของพระพุทธเจ้า "สังโฆ" ในประเภทที่สาม ซึ่งเป็นสาวกของพระพุทธเจ้านั้น ก็เป็นสังโฆของท่าน เป็นสาวกของท่าน ในเมื่อเราได้มีความอุตส่าห์พยายามขยันหมั่นเพียร ได้หยิบยืมต้นทุนจากพระพุทธเจ้า คือ พุทธะ ดวงนั้น มาเข้ากับจิตใจของเรา ได้หยิบยืมพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามาเป็นเครื่องชี้ช่องบอกทาง เป็นเครื่องประพฤติปฏิบัติตามให้เป็นธรรมของเราขึ้นมา เราพยายามหยิบยืม สังโฆ คือข้อปฏิบัติของพระสาวก ตั้งแต่สุปฏิปันโนเป็นลำดับ ๆ ไป น้อมเข้ามาเป็นข้อปฏิบัติของตน ผลรายได้ที่หยิบยืมมาจาก พุทธะ ธรรมะ สังฆะ ของพระศาสนาเข้ามาเป็นสมบัติของเรา จนกระทั่งเราปรากฏมีทุนมีรอนสามารถตั้งเนื้อตั้งตัวได้ จนเป็นพุทธะที่ปรากฏขึ้นมาที่ใจของเราเป็นพุทธวิมุตติ หมายถึงพุทธะบริสุทธิ์ที่หลุดพ้นจากสิ่งแวดล้อมทั้งหลายได้

ธรรมะ คือ ความอัศจรรย์ ซึ่งเกิดขึ้นจากความบริสุทธิ์ของใจดวงนั้น ก็จะเป็นธรรมของเราอย่างแท้จริง สังฆะ คือ เป็นผู้ทรงไว้ซึ่งพุทธะ กับธรรมะ อันบริสุทธิ์และประเสริฐ หรือเป็นเจ้าของแห่งพุทธะ กับธรรมะอันวิเศษนั้น ก็กลายเป็น พุทธะ ธรรมะ สังฆะ ของเรา นี้แหละ เราบำเพ็ญตามพระศาสนา บำเพ็ญตามพระผู้มีพระภาคเจ้า ตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ตามพระสงฆ์ที่เป็นสาวกของพระพุทธเจ้า สมบัติทั้ง ๓ ประการนั้น ก็กลายมาเป็นสมบัติของเรา นี่สมกับชื่อที่มีในบทที่สี่ ว่า

กิจฺโฉ พุทฺธานมุปฺปาโท

ความอุบัติตรัสขึ้นแห่งผู้รู้ทั้งหลาย เป็นของหาได้ยากนั้น เราพยายามทำผู้รู้อันนี้ให้ปรากฏขึ้นที่ใจของเรา เราแลก็จะเป็นผู้ได้ชื่อว่า "ทรงไว้ซึ่งสมบัติอันล้ำค่า"

วันนี้ได้แสดงถึงเรื่องธรรมตั้งแต่ กิจฺโฉ มนุสฺสปฏิลาโภ กล่าวถึงความเป็นมนุษย์ เป็นของหาได้ยาก เราทั้งหลายเป็นผู้ที่เรียกว่าเกิดขึ้นมาพบกองสมบัติแห่งมนุษย์แล้ว

กิจฺฉํ มจฺจาน ชีวิตํ ความมีชีวิตมาตั้งแต่ต้นทางจนถึงเดี๋ยวนี้ ก็จัดว่าเป็นบุญลาภของเรา

กิจฺฉํ สทฺธมฺมสฺสวนํ การฟังธรรมที่ว่าเป็นของหาได้ยากนั้นเราทั้งหลายก็ได้ฟังอยู่แล้ว ณ โอกาสนี้ และต่างท่านต่างก็ได้อบรมพินิจ-พิจารณาถึงเรื่องสังขารธรรม ทั้งภายนอกภายใน จัดว่าเป็นปัจจัยแต่ละ

อย่าง ๆ แห่งการฟังธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าอย่างแท้จริง และในบทสุดท้าย คำว่า

กิจฺโฉ พุทฺธานมุปฺปาโท ความอุบัติตรัสขึ้นแห่งผู้มีความบริสุทธิ์แห่งใจที่เป็นอิสระเสรี พ้นจากกิเลสอาสวะตัณหาทั้งหลายนั้น ก็จักกลายเป็นของเราขึ้นมา

เพราะเหตุนั้น บรรดาท่านผู้ฟังทั้งหลาย ในเมื่อได้ฟังแล้วโปรดได้นำไปพินิจพิจารณา น้อมธรรมทั้งสามสี่ข้อนี้ เข้ามาสู่ตัวของเราให้เป็น "โอปนยิโก" ให้เป็นผลเป็นประโยชน์สำหรับตัวของเรา คำว่า "สนฺทิฏฺฐิโก" ได้แก่ความรู้เองเห็นเองนั้น หมายถึง สันทิฏฐิโก ชั้นต่ำก็มี ชั้นกลางก็มี ชั้นละเอียดสูงสุดก็มี สันทิฏฐิโก เริ่มจะปรากฏตั้งแต่เราอุตส่าห์บำเพ็ญทาน รักษาศีลและเจริญภาวนา เป็นลำดับมา เป็นธรรมที่เราจะรู้ในตัวของเราว่า ตั้งแต่ก่อนเราไม่เคยให้ทาน แต่ก่อนเราไม่มีศรัทธาเชื่อในพระศาสนา เชื่อในบุญในกรรม มาบัดนี้เราได้เชื่อแล้ว เราได้เห็นประจักษ์กับใจของเราแล้วว่า เราได้ให้ทาน เราได้รักษาศีล เราได้เจริญภาวนา นี่ก็เป็นสันทิฏฐิโก ความเห็นเอง ด้วยตนเอง

อนึ่งเราได้อบรมภาวนา บังคับจิตใจของเราให้อยู่ในอำนาจกดขี่ด้วยสติ ไตร่ตรองด้วยปัญญา บังคับบัญชา จิตใจของเรา ให้อยู่ในอารมณ์อันเดียวกัน จะปรากฏเป็นอารมณ์ที่สงบขึ้นมา และจะปรากฏเป็นความสุขขึ้นมาเป็นลำดับ นี่ก็จัดว่าเป็น สันทิฏฐิโก ของเราประเภทหนึ่ง จนกระทั่งเป็นผู้มีความรู้ความฉลาด สามารถแก้ไขจิตใจของตนให้หลุดพ้นจากสิ่งแวดล้อมทั้งหลาย เป็นสันทิฏฐิโกอย่างยอดเยี่ยมขึ้นที่

ตัวของเรา นี้แหละเป็นผลแห่งการปฏิบัติธรรมให้น้อมเข้ามาสู่ตัวเสมอ ให้เป็นโอปนยิโก สิ่งที่เราเห็นด้วยตา สิ่งใดที่เราฟังด้วยหูจะเป็นเสียงดีหรือชั่วก็ตาม ให้น้อมเข้ามาเป็นเครื่องพร่ำสอนตนเองหมั่นพินิจพิจารณาให้ได้รับผลประโยชน์จากสิ่งที่ผ่านมาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกายของเรา เราจะได้ไม่เสียทีที่เราเกิดมาเป็นมนุษย์ ได้พบลาภอันประเสริฐ และไม่เสียทีที่เกิดมาพบพระพุทธศาสนา คำว่า "พุทโธ" ที่บริสุทธิ์นั้น จะได้กลายเป็นของเรา เป็นสมบัติของเราทุก ๆ ท่าน

ในอวสานการเป็นที่จบลงแห่งพระธรรมเทศนา ขอบุญญานุภาพแห่งองค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า พร้อมทั้งพระธรรมและพระสงฆ์จงมาปกเกล้าเหล่าท่านพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ให้มีความสุขกาย สบายใจ และท่านทั้งหลายมีความมุ่งมาดปรารถนาสิ่งใด ขอความปรารถนานั้น ๆ จงสำเร็จแด่ท่านทั้งหลายทุก ๆ ท่าน เทอญ

เอวํ ก็มี ด้วยประการฉะนี้

แว่นส่องธรรม

ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

วัดป่าบ้านตาด อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี

พระธรรมเทศนาอบรมกรรมฐาน

แสดง

ณ สภาการศึกษามหามกุฏราชวิทยาลัย

เมื่อวันที่ ๑๓ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๐๕

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

บัดนี้จักแสดงพระธรรมเทศนา เป็นภาคอบรมกรรมฐานเป็นคำรบที่ ๒ ต่อจากคราวที่แล้วมา

คำว่า การอบรมกรรมฐาน หมายถึงการอบรมจิตใจของเรานั่นเอง จิตใจเป็นอย่างไรจึงต้องอบรม ตามธรรมดาของใจ ย่อมมีความพยศอยู่เสมอ ในด้านความคิดความปรุงซึ่งเกิดขึ้นมาจากใจเอง แต่เราไม่สามารถที่จะรู้จักวิธีแก้ไขความพยศของตนเอง ความพยศอันนี้เป็นสิ่งสำคัญ จะทำให้คนชั่วได้ ก็เพราะความพยศซึ่งเกิดขึ้นจากใจ จะทำให้

คนเป็นคนดีได้ ก็เพราะความรอบคอบที่รู้จักวิธีรักษาประคับประคองจิตใจ ให้เป็นไปในทางที่ดี

เพราะเหตุนั้น นักปราชญ์กับคนพาลจึงเป็นของมีอยู่ในโลก เนื่องจากผู้มีความเฉลียวฉลาด และไม่เฉลียวฉลาดต่างกัน ในวิธีการที่จะดำเนินตนไปในทางที่ขัดข้องหรือราบรื่น จึงขึ้นอยู่กับการปฏิบัติต่อใจเป็นสิ่งสำคัญ ท่านจึงกล่าวไว้ว่า

อเสวนา จ พาลานํ ปณฺฑิตานญฺจ เสวนา

ให้ระวังคนพาล อย่าคบค้าสมาคมกับคนพาล และในขณะเดียวกัน พึงพยายามคบกับบัณฑิตนักปราชญ์ ดังนี้

คำว่าคนพาลก็มีได้ทั้งภายนอกและภายใน คนพาลภายนอกได้อธิบายมาบ้างแล้วในกัณฑ์แรก คนพาลภายในหมายถึงใจของเรา ใจของเราเป็นพาลนำตัวของตัวไปสู่ทางที่ไม่ดีเสมอ ใจที่คิดเป็นไปเพื่อความเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ความคิดเช่นนี้ท่านเรียกว่า "ความคิดที่เป็นพาล" ออกจากหัวใจดวงนี้ การที่เราพยายามฝึกฝนอบรมจิตใจของตนให้หายพยศเป็นลำดับไปนั้น ก็เพื่อจะให้เป็นผู้เฉลียวฉลาด ในการดำเนินจิตใจให้เป็นไปเพื่อความราบรื่น ก็ต้องอาศัยการอบรมจิตใจเป็นสิ่งสำคัญ ใจในเมื่อได้รับการอบรมดีแล้ว จะปฏิบัติทางโลกหรือดำเนินการครองชีพก็มีความสะดวก จะปฏิบัติในด้านศีลธรรม ก็เป็นไปเพื่อความราบรื่นเช่นเดียวกัน เพราะเหตุนั้น การอบรมจิตใจจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด ความเป็นพาลหรือความเป็นบัณฑิต เกิดขึ้นในจิตดวงเดียวนี้ การที่เรามาอบรมกรรมฐาน ณ บัดนี้ ก็เพื่ออบรมจิตใจของเราให้ไปถูกทาง ถูกทางใน

สถานที่นี้ หมายถึงว่า ความคิดออกที่ได้คิดออกในทางใจ แล้วปฏิบัติในทางกาย พูดในทางวาจา เป็นไปเพื่อความถูกต้อง เราจะเกี่ยวกับสังคมหรือบุคคลอื่น การกระทำหรือคำพูดของเราย่อมเป็นไปเพื่อความราบรื่นหรือความสมัครสมานสามัคคี แก่บรรดาชนทั้งหลายโดยทั่ว ๆ ไป นี่ก็เพราะเหตุว่า การที่จิตใจของเราได้รับการอบรมมาเรียบร้อยตามสมควร ที่นี้การอบรมที่จะให้เป็นบัณฑิตยังมีหลายชั้น เพราะคำว่าพาลก็เป็นเช่นเดียวกัน คนพาลอย่างหยาบ คนพาลอย่างกลาง คนพาลอย่างละเอียด คนพาลอย่างหยาบ ก็คือว่าทำความเดือดร้อนแก่พี่ ป้า น้า อา เช่น เที่ยวฉกลัก ปล้นสะดม ก่อความเดือดร้อนแก่หมู่ชน เหล่านี้เป็นต้น เรียกว่าเป็นคนพาลอย่างหยาบ คนพาลอย่างกลางก็คือว่า ไม่ถึงกับทำเช่นนั้น คนพาลอย่างละเอียดคิดอยู่ภายในใจ คิดอิจฉาพยาบาท ปองร้ายแก่บุคคลผู้อื่น คิดเคียดแค้นต่าง ๆ อยู่ภายในใจ ไม่ถึงกับลงมือทำด้วยกายวาจา อันนี้ท่านเรียกว่า พาลประเภทหนึ่ง การที่เราได้มานั่งสมาธิ หรือฟังท่านอบรมกรรมฐานดังนี้ เพื่อจะให้เห็นความผิดความถูก ซึ่งเกิดขึ้นจากใจของเรา เพราะโดยลำพังเราเอง แม้ความคิดที่เป็นไปในทางที่ผิดจะปรากฏอยู่กับเราตลอดเวลาก็ตาม ถ้าเราไม่ได้รับการอบรมหรือไม่มีสติแล้ว ย่อมจะไม่สามารถรู้ความคิดที่ผิด ๆ ซึ่งเกิดขึ้นจากใจของตนเองได้ ความคิดผิดประเภทนี้ เมื่อปล่อยให้คิดอยู่เสมอ โดยไม่มีการหักห้าม ปล่อยให้เป็นไปตามกระแสของความกดดันอันมีกำลังอยู่ภายในใจ และไม่มีความสนใจ ในการที่จะพยายามเยียวยารักษา หรือบังคับบัญชาแล้ว ความคิดที่เคยสั่งสมในทางที่ชั่วอยู่ตลอดเวลา อาจจะเป็นความคิดที่มีกำลังมาก

สามารถที่จะฉุดลาก กาย วาจา ให้ผิดไปก็ได้ เพราะฉะนั้น การอบรมจิตใจ จึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุดสำหรับผู้ที่ชอบในทางกรรมฐาน ยิ่งเป็นธรรมที่ละเอียดยิ่งไปกว่าการที่กล่าวมานี้ คือพยายามอบรมใจของตนให้มีความสงบเยือกเย็น คำว่าใจเยือกเย็น ย่อมจะเกิดขึ้นจากการที่ใจหยุดทำงาน การที่ใจของเราจะหยุดทำงาน คือความคิดต่าง ๆ ซึ่งตนเคยคิดมาเสียได้นั้น ย่อมต้องอาศัยบทธรรมบทใดบทหนึ่งเป็นเครื่องกำกับใจของเราเอง ให้ใจของเราได้อาศัยหรือบริกรรม มีความรู้สึกอยู่กับธรรมประเภทนั้น ๆ จนมีความชำนิชำนาญและควบคุมด้วยสติของเราอยู่เสมอ เมื่อใจได้ถูกบังคับบัญชาอยู่ด้วยสติแล้ว ก็เป็นเหตุที่จะหยั่งลงสู่ความสงบ เมื่อใจของเราได้รับความสงบ คือปล่อยอารมณ์ทั้งหลายเสีย เหลือแต่ความรู้อันเดียวนั่นแหละ ความสุขจะปรากฏขึ้นมา เราจะได้มีความเชื่อใจของเราว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่า คนเราที่ไม่ได้อบรมจิตใจ ให้เป็นสิ่งมีคุณค่า จนประจักษ์แก่ตนเองแล้ว อาจจะคิดเห็นสิ่งภายนอกว่า มีคุณค่ายิ่งกว่าใจไปเสียนั่นจึงเป็นเหตุให้เราพุ่งเพ่อเห่อเหิมในสิ่งทั้งหลาย มีด้านวัตถุนิยมเป็นต้น จนเลยเถิดก็มี การที่เราอบรมจิตใจของเราจนปรากฏเห็นความสงบขึ้นในใจเช่นนี้ ย่อมเป็นเหตุที่จะยับยั้งใจของเรา ให้รู้จักประมาณในสิ่งทั้งหลาย ซึ่งเป็นความจำเป็น ที่เราจะต้องอาศัยเขาพอสมควร การอบรมจิตใจของเรา ให้เป็นไปเพื่อความสงบ ด้วยอำนาจแห่งความพยายามจริง ๆ หรือด้วยอำนาจแห่งความเพียร ด้วยความเป็นผู้มีสติแล้ว ใจจะมีอำนาจเหนือสติ หรือความประคับประคองไปไม่ได้ ไม่วันใดก็วันหนึ่งจะต้องปรากฏเป็นความสงบขึ้นมาที่ใจดวงที่กำลังพุ่งเพ่ออยู่ กำลังพุ่งซ่านอยู่นี้เอง องค์

สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า ก่อนที่จะปรากฏเป็นองค์ศาสดาขึ้นมาในโลกนั้น ก็ปรากฏว่า พระองค์เป็นผู้มีกิเลสตัณหาอาสวะเช่นเดียวกับบรรดาเราทั้งหลาย แต่เหตุไฉนพระองค์เจ้าจึงบังคับบัญชา หรือกำจัดสิ่งที่เป็นข้าศึกแก่ใจของพระองค์ออกได้จนหมดไม่มีอันใดเหลือ จนปรากฏเป็นพุทโธที่เด่นดวงขึ้นมาในโลกได้ ก็ต้องอาศัยความพยายาม ความขยันหมั่นเพียร ความเอาใจใส่อยู่เสมอ ตามธรรมดาจิตใจของเรา ชอบจะไหลลงทางต่ำเสมอไป เช่นเดียวกับน้ำ นอกจากว่าจะมีเครื่องกดดัน เริ่มตั้งแต่พยายามมีความพากเพียร มีความอดทน หมั่นไตร่ตรอง หมั่นประกอบหมั่นรักษาจิตใจของตน หมั่นไหว้พระสวดมนต์ หมั่นบังคับบัญชาอยู่เสมอ จนใจของเราเกิดความเคยชิน มีความติดอกติดใจต่องานที่ตนเคยกระทำแล้ว ก็จะปรากฏเห็นผลขึ้นมาที่ใจของเรา เมื่อใจของเราปรากฏเป็นผล คือความสุขเกิดขึ้นมาแล้ว นั่นแหละเป็นต้นทุนของเรา ให้เราได้มีแก่จิตแก่ใจ มีความเชื่อความเลื่อมใสแน่นแฟ้นเข้าโดยลำดับ เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว เราก็จะมีช่องทาง ที่จะพยายามทำจิตใจของเราให้มีความสงบยิ่งกว่านั้น

คำว่าความสงบนั้น จะเข้าไปสงบชั่ว ๓ นาที หรือ ๕ นาทีก็ตาม ข้อนี้ขึ้นอยู่กับความเคยชินและไม่เคยชิน แต่ผู้ที่มีความเคยชินต่อสมาธิ ต่อการภาวนาแล้วนั้น อาจจะอยู่ได้เป็นเวลาหลายชั่วโมง การที่จิตเข้าไปพักอยู่เช่นนั้น ปรากฏเป็นความสงบ ปรากฏเป็นความสุข ปล่อยวางอารมณ์อันใดทั้งหมดที่ตนเคยคิดมา มีแต่ความรู้และสติ คอยกำกับกันอยู่เท่านั้น ปราศจากอารมณ์ที่มารบกวนทุกประเภท นี่ท่านเรียกว่า

ใจหยั่งเข้าสู่ความสงบ ใจเมื่อปรากฏเป็นความสงบได้เช่นนั้นแล้ว จะเริ่มเห็นใจของตนว่ามีคุณค่า และจะเริ่มเห็นตนของตนว่ามีคุณค่า และจะเริ่มเห็นตนของตนว่า เป็นผู้สมควรแก่พระศาสนา โดยมากความคิดของเราไม่ว่าใคร ๆ ทั้งนั้น แม้แต่ผู้แสดงอยู่ ณ บัดนี้ก็เคยมีความรู้สึกที่จะเรียนให้บรรดาท่านผู้ฟังทั้งหลายทราบ ณ บัดนี้เหมือนกัน คือเข้าใจเสียว่า คุณงามความดีทั้งหมด ไม่ใช่ฐานะของเรา ที่จะพึงประกอบพึงบำเพ็ญให้เกิดให้มีขึ้นเป็นสมบัติส่วนตัว จนถึงมรรคผลนิพพาน อันเป็นธรรมชั้นสูงสุด เป็นฐานะหรือวิสัยของท่านผู้มีอำนาจวาสนา ผู้มีบุญญาธิสมภาร เช่นอย่างพระพุทธเจ้าเท่านั้น จึงจะสามารถบำเพ็ญให้เกิดให้มีขึ้นอย่างสมบูรณ์ได้ จะเป็นผู้วิเศษขึ้นได้ ก็เฉพาะพระพุทธเจ้าหรือพระสาวกทั้งหลายเท่านั้น บรรดาพวกเรา ๆ นี้ เป็นผู้ที่ไม่สามารถหรือไม่ใช่หน้าที่ที่จะบำเพ็ญตนของตนให้เป็นเช่นนั้นได้ ความคิดเช่นนี้ ในเมื่อเรายังไม่ได้รับการอบรม หรือได้รับความซาบซึ้งในพระศาสนา เพราะการไม่ได้บำเพ็ญ การไม่ได้กระทำ อาจจะเกิดขึ้นได้มีขึ้นได้แทบทุกรายไป ทีนี้เมื่อเราได้อุตส่าห์พยายาม ทำด้วยความพากเพียรจริง ๆ ให้เป็นกิจประจำวันเช่นเดียวกับการครองชีพของเรา งานการครองชีพของเราวันหนึ่ง ๆ เราจะละเว้นไม่ได้ ถ้าละเว้นวันหนึ่ง การครองชีพของเราก็ขาดตกบกพร่องไป หรือไม่สมบูรณ์ เมื่อเราได้ประกอบอยู่ทุก ๆ วัน ตามเวลาแล้ว การครองชีพของเราก็จะเป็นไปเพื่อความสมบูรณ์และร่มเย็นเป็นสุข ข้อนี้ก็ฉันนั้นเหมือนกัน เมื่อเราได้อุตส่าห์พยายามประกอบจิตใจของเราจนปรากฏว่าเป็นกิจประจำวัน หรือประจำอิริยาบทของเราแล้ว เรา

ก็นับวันที่จะได้รับรสแห่งพระสัทธรรม คือความสงบปรากฏขึ้นที่ใจของเราทุก ๆ ราย ตามกำลังความสามารถ เท่าที่ตนของตนจะพึงบำเพ็ญให้เกิดได้มากน้อยแค่ไหน ทีนี้เมื่อเราได้รับความสงบ เพราะเกิดขึ้นจากจิตที่ปล่อยวางอารมณ์แล้ว ความสุขหรือความเชื่อความเลื่อมใสความเป็นอัศจรรย์ ก็จะปรากฏขึ้นที่ใจของผู้ที่ปล่อยวางภาระในขณะนั้นนั่นเทียว เมื่อใจของเราได้รับความสงบเยือกเย็นแล้วเช่นนี้ แม้จะถอนออกมาแล้วก็ตาม ใจย่อมจะมีความเชื่อความเลื่อมใส ความยินดี ความกระหยิ่มอยู่เสมอว่าเราได้ทำอยู่ในขณะนั้นได้ปรากฏเป็นความสุขขึ้นมาในใจเช่นนั้น แล้วจะได้เพิ่มความพากเพียรยิ่ง ๆ ขึ้นไป การที่เราจะอบรมจิตใจของเราให้เป็นไปเพื่อความสงบ ก็นับวันว่าทำได้ง่ายเป็นลำดับไป และมีความสงบได้อย่างเร็วโดยลำดับไป จนปรากฏว่า เรานั่งอยู่ในสถานที่ใด เราจะกำหนดใจของเราให้เข้าสู่ความสงบ ในกาลใด ในสมัยใด ก็ได้ตามความต้องการ นี่คือความสงบที่ได้ถูกอบรมจนชำนิชำนาญแล้ว นั่งอยู่ที่ไหนก็ปรากฏว่ามีความสุขเกิดขึ้นจากใจของเราเสมอไป ทีนี้เราอยู่ที่ไหน ไปที่ใดก็จะเริ่มเห็นตนว่ามีราคา เป็นผู้มีคุณค่าควรแก่พระศาสนา เป็นภาชนะอันสำคัญ ที่จะรองรับพระสัทธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าไว้ได้ทุกประเภททุกประการ การอบรมจิตใจให้เป็นไปเพื่อความสงบเยือกเย็นนี้ นอกจากว่าเราจะละจากโลกนี้ไปแล้ว เราจะไปสู่โลกไหน โลกสูงขนาดไหน แม้ปัจจุบันอยู่ ณ บัดนี้ เราก็จะอยู่แผ่นดินเช่นเดียวกับมนุษย์เขา แต่ความสุขก็ปรากฏว่า เด่นชัดอยู่ที่ใจของเรา ทั้งที่เราอยู่ในพื้นแผ่นดิน อยู่ในบ้านในเรือน เดินเหินไปมาเช่นเดียวกับมนุษย์ในโลก

นี้ แต่ความสุขที่ปรากฏอยู่ที่จิตใจของเรา รู้สึกว่าเป็นสิ่งที่อัศจรรย์อยู่ ณ ภายในจิตใจ อันเกิดขึ้นจากการอบรมใจของเราให้เป็นไปเพื่อความสงบ เมื่อใจของเราได้รับความสงบเยือกเย็นแล้ว เราก็มีต้นทุน หรือมีช่องทางที่จะพินิจพิจารณา ให้เห็นสภาวะทั่ว ๆ ไป ซึ่งเป็นของมีอยู่ได้โดยถูกต้อง สภาวะนั้น ๆ ท่านก็กล่าวว่าเป็นสิ่งแวดล้อม คำว่า สิ่งแวดล้อมนั้นเป็นได้ ๒ นัย คือ

ผู้ที่มีความโง่เขลาเบาปัญญา หนักไปในทางชั่ว สิ่งทั้งหมดก็กลายเป็นสิ่งที่เสริมความชั่วไปโดยลำดับ

ผู้ที่มีความหนักแน่นในด้านศีลธรรม เช่น เป็นผู้หนักไปในทางสงบ สิ่งทั้งหลายก็กลายเป็นเครื่องเตือนใจ ให้ได้รับอุบายจากความสัมผัส เป็นการเสริมความสงบให้มีกำลัง และในขณะเดียวกัน เราอาจพิจารณาไตร่ตรองถึงสิ่งแวดล้อมที่มาสัมผัสให้เป็นไปโดยธรรม และถือเอาประโยชน์จากสิ่งแวดล้อมได้ ในขณะที่สิ่งแวดล้อมนั้น ๆ มาสัมผัส

อีกประการหนึ่ง ท่านผู้ปฏิบัติทั้งหลายพึงทราบว่า คำว่า ความสงบนั้นเป็นสาธารณะ คำว่า สมาธิ คือจิตตั้งมั่นลงในขณะจิตรวม เมื่อจิตถอนขึ้นมาแล้ว ความสงบเยือกเย็นของใจนั้น ไม่ได้ละตามสมาธิที่ถอนขึ้นมา คงมีความสงบ คงมีความเยือกเย็นอยู่ แม้เราจะคิดจะปรุงเรื่องราว หรือคิดอ่านการงานอันใดก็ได้ตามต้องการ แต่ใจของเรามิได้มีความฟุ้งซ่านวุ่นวาย มิได้ติดข้องหม่นหมองไปตามความที่เราคิดไปในสิ่งนั้น ๆ นี่ท่านเรียกว่า ความสงบเป็นของประจำตัวอยู่เสมอ สมาธิ คือความแน่นหนามั่นคงของใจขณะที่จิตรวมลงไป หรือจะเรียกว่าสมาธิเป็น

ของแน่นหนามั่นคง ไม่หวั่นไหวไปตามอารมณ์ แม้จะคิดจะปรุงจะแต่ง อันนี้ก็แล้วแต่ท่านผู้ที่จะให้ชื่อให้นาม เมื่อสมาธิของเราเป็นต้นทุนแล้วเช่นนี้ เราย่อมมีช่องทางที่จะพิจารณาสภาวะ ซึ่งมีอยู่ในตัวของเรา เราจะพิจารณาเรื่องกองทุกข์เราก็ไม่ต้องเอื้อมไปดูที่ไหน เราจะเห็นอยู่ได้ภายในตัวของเราว่าเป็นก้อนทุกข์ทั้งนั้นทีเดียว เราจะต้องบำบัดรักษาอยู่เสมอ พิจารณาไปสภาพใด อาการใด จะเป็นอาการของทุกข์ทั้งนั้น พิจารณาส่วนใด เป็นต้นว่า อนิจจัง คือความไม่เที่ยง เราก็จะเห็นชัดว่า มันเป็นของไม่เที่ยงอยู่ตลอดเวลา แม้ที่สุดอาการของใจที่ปรุงอยู่ แต่งอยู่ คิดอยู่ก็ตาม เป็นสภาพที่ไม่แน่นอนทั้งนั้น ปรุงเท่าไรก็ดับไปเท่า ๆ กับความปรุง คือความเกิดมีมากน้อยเท่าใด ความดับก็มีมากน้อยเท่ากันเช่นนั้น นี่เรียกว่า ปัญญาของเราเริ่มไหวตัวถ้าจะพูดถึงเรื่องอนัตตา เราพิจารณาดูว่าสภาพเหล่านี้ในเมื่อได้จากอัตภาพนี้ไปแล้ว เขาเรียกว่า คนตาย สภาพไหนบ้างที่มีอยู่ในร่างกายของเรานี้ที่จะติดตัวของเราไป แม้แต่ผมเส้นเดียวก็ไม่ติดตัวไป ทิ้งเกลื่อนอยู่ในโลก ธาตุอันนี้ส่วนดิน เมื่อร่างกายของเราได้แตกลงไปแล้ว ก็กลายเป็นดินไปตามเดิม เป็นลม เป็นไฟ เป็นน้ำไปตามสภาพของเขา ปฏิเสธในความเป็นสัตว์ เป็นบุคคลเป็นหญิงเป็นชายทั้งนั้น เมื่อเราพิจารณาเห็นชัดด้วยปัญญาเช่นนี้ ภายนอกเราก็เห็นเช่นเดียวกับภายใน ภายในก็เห็นเช่นเดียวกันกับภายนอก เราพิจารณาภายนอกก็ส่อถึงการพิจารณาภายใน คือ สภาพทั้งภายนอกภายในนั้น มีความเป็นเช่นเดียวกัน คือ เป็นอนิจจัง เป็นทุกขัง เป็นอนัตตา เช่นเดียวกันนี้เรียกว่า เราพิจารณาด้วยปัญญาของเรา เมื่อปัญญาของเรามีความ

สามารถได้ไตร่ตรองอยู่เช่นนี้ เรื่องของสมาธิ คือ ความแน่นหนามั่นคง ความสงบของใจก็ยิ่งมีกำลังมาก เรายิ่งมีความสุข และยิ่งมีความเห็นภัย แม้ที่สุดในสภาพที่มีอยู่ทั้งหมดทั่วสกลกายนี้ เราจะเห็นว่าเป็นกองทุกข์ หรือกองเพลิงอันหนึ่ง ที่ได้รับการเยียวยารักษา หรือก่อความกังวลให้กับเราอยู่ตลอดเวลา เราจะได้เห็นโทษในส่วนนี้ สภาพทั้งหลายที่อยู่รอบด้านของเรานี่เล่า เราก็จะได้เห็นตามเป็นจริง ตามสภาพของเขาเช่นนั้น เบื้องต้นก็ต้องมีการตำหนิติชม โดยมากก็ต้องมีความรักเป็นธรรมดา เมื่อเราพิจารณาเห็นสภาพเหล่านั้นชัดเจนด้วยปัญญาของเราแล้ว ความยึดมั่นถือมั่น ก็ย่อมปล่อยวางมาจากความเห็นชอบ เห็นแจ้งเห็นชัดเจนนั่นเอง เมื่อยังไม่เห็นชัด ก็ย่อมสำคัญมั่นหมาย หรือย่อมมีความสงสัยเป็นธรรมดา และถือมั่นเอาไว้ ต่อเมื่อปัญญาได้คลี่คลายดูสภาพทั้งหลาย เห็นแจ้งเห็นชัดเจนตามความเป็นจริงแล้ว ความยึดมั่นถือมั่นก็ค่อยหดตัว หรือปล่อยวางเข้ามาสู่ความสงบ นี้เรียกว่าปัญญาเริ่มไหวตัวก้าวขึ้นสู่ความชำนาญ เมื่อเราได้พิจารณาอยู่เช่นนี้แล้ว ใจของเราจะมีอะไรมาทำให้เศร้าหมองได้เล่า ย่อมมีความขมักเขม้น และมีความระมัดระวังรักษาตัวอยู่อย่างเข้มแข็ง สติก็กล้า ปัญญาก็รอบตัว ความเพียรก็มีอยู่ตลอดเวลา เห็นภัยในโลกก็เห็นมาก เห็นคุณที่จะข้ามพ้นไปจากความทุกข์ ความทรมานทั้งหลายก็เห็นมาก ที่กล่าวนี้ทั้งหมด กล่าวถึงสภาพทั้งหลาย อันเป็นไปในทางด้านวัตถุ ซึ่งเคยสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับจิตมาเป็นเวลานาน จนไม่สามารถจะกำหนดรู้ได้ว่า ส่วนไหนเป็นภัยแก่จิต เพราะความกลมกลืนกันโดยสามัญสำนึก ทีนี้ส่วนธรรมที่มองไม่เห็นด้วยตาเนื้อ แต่เป็นสิ่งที่รู้ได้ด้วยใจ คือ เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ อาการทั้ง ๔ นี้ ท่านก็เรียก

ว่า ขันธ์ แต่ละอย่าง ๆ เหมือนกัน องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า ท่านจึงได้ตรัสไว้ว่า เตสํ วูปสโม สุโข ความระงับดับเสียซึ่งสังขารเหล่านั้นเป็นสุข

ความสุขอันยิ่งใหญ่นั้น ไม่นอกไปจากตัวของเราเอง รูปขันธ์อันนี้ก็เป็นสังขารประเภทหนึ่ง เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ แต่ละอย่าง ๆ เมื่อเราได้พินิจพิจารณาถึงสังขาร ธรรมทั้งหลายเหล่านี้ ชัดแจ้งด้วยปัญญาแล้วนั้น เราสามารถจะรู้เท่าทันในธรรมทั้งหลาย ไม่เพียงแต่รูปกายของเรา รูปภายนอกจะใกล้จะไกล จะสูงต่ำ หยาบ ปานกลาง หรือเล็กก็ตาม มีค่ามีราคาหรือไม่มีก็ตาม ตามความสมมตินิยมของโลก เราสามารถที่จะรู้เท่าทันปล่อยวางได้ทั้งนั้น นี่ท่านเรียกว่า ปล่อยวางได้ในสังขารธรรมประเภทหนึ่ง ส่วนสังขารธรรมประเภทที่สำคัญที่สุดก็คือสังขารธรรมประเภทที่เกิดขึ้นในใจของเรา ได้แก่ความปรุงหรือความคิดของใจ ท่านว่าการระงับสังขารธรรมทั้งหลายเหล่านั้นได้แล้ว เป็นความสุขอันยิ่งใหญ่นั้น หมายถึงสังขารธรรมที่เป็นเหตุ เป็นตัวสมุทัยเกิดขึ้นมาจากความลุ่มหลง เมื่อเราสามารถรู้เท่าทัน ในรูป ในเวทนา ในสัญญา ในสังขาร ในวิญญาณของเราได้แล้ว ความที่ว่าระงับดับเสียซึ่งสังขารนั้น คือ ระงับสังขารภายในด้วยปัญญาของเรา ถอดถอนอุปทานความถือมั่นเป็นลำดับเข้าไป อุปาทานเกิดขึ้นมาจากไหน อุปาทานก็เกิดขึ้นมาจากความไม่แน่ ไม่จริง ไม่ชัดเจนแจ่มแจ้งของใจ ที่เป็นความรู้ภายใต้อำนาจของอวิชชาและความสงสัย จึงเป็นเหตุที่จะให้ยึดมั่นถือมั่นในความสงสัยประเภทนั้น ๆ หรือไม่สงสัย แต่เป็นไปเพราะอำนาจอวิชชามัน

บังคับเสียเลยว่า สิ่งนี้ดี สิ่งนี้น่ารัก สิ่งนี้น่าชัง เป็นต้น ไม่สงสัยว่าสิ่งนี้ดีจริงหรือชั่วจริง แต่มันก็ถือได้เหมือนกัน นี่ท่านก็เรียกว่า อวิชชา เมื่อใจของเราได้พิจารณาคลี่คลายดูสังขารธรรม เห็นชัดในภายนอกตามเป็นจริงและพิจารณาคลี่คลายสังขารภายใน ให้รู้ชัดตามเป็นจริงแล้ว ความปล่อยวางในสังขารธรรมนั้น เราไม่ต้องบังคับ มันปล่อยเองด้วยความรู้แจ้งเห็นชัด สละทิ้งด้วยปัญญา ทีนี้คำว่า การระงับดับเสียซึ่งสังขารทั้งหลายเหล่านั้นเป็นสุขนั้น สังขารที่เป็นตัวผล ได้แก่รูปธาตุอันนี้ สังขารที่เป็นตัวเหตุ ได้แก่ความคิดความปรุงว่าดีว่าชั่ว ว่าหยาบว่าละเอียดเหล่านี้ เกิดขึ้นมาจากใจ เรียกว่าความคิดก็ได้ หรือเรียกว่าสังขารก็ได้ สังขารอันนี้เกิดขึ้นมาจากไหน เกิดขึ้นมาจากการบงการของ อวิชชา เมื่อเราได้พิจารณาด้วยปัญญาส่วนละเอียด ค้นเข้าไปจนถึงหลักเดิม ซึ่งเป็นที่ตั้งอยู่ของอวิชชาคืออะไร เมื่อค้นเข้าไปถึงหลักเดิมของอวิชชา อันเป็นตัวกิเลสอย่างละเอียด ด้วยปัญญาอันละเอียดแล้ว ตอนนี้เทียบได้กับสงครามใต้ดิน คือ ถ้าเรายังเห็นอีกว่า อวิชชากับตัวเรา เป็นอันหนึ่งจากกันและกันอยู่แล้ว อวิชชากับเรา ก็คงจะเป็นข้าศึกแก่กันไปตลอดเวลา ไม่ทราบว่าใครจะเป็นฝ่ายแพ้ฝ่ายชนะ เพราะอวิชชาก็คือ ความหลง เราเป็นผู้หลงเอง ทีนี้ผู้ที่จะรบ ก็คือ เรา แต่เราไปคิดเสียว่า อวิชชาเป็นผู้หนึ่งจากใจของใจ หรือใจเป็นผู้หนึ่งจากอวิชชาแล้ว อวิชชากับเราก็คงเป็นข้าศึกแก่กันเสมอไป ทีนี้เมื่อเราได้พิจารณาถึงขั้นนี้แล้ว อวิชชาทั้งหมดจะปรากฏขึ้น โดยทางปัญญาว่า "นอกจากเราเท่านั้น ไม่มีใครเป็นอวิชชา เราทั้งหมดเป็นผู้หลงเท่านั้น" เมื่อเราได้ความชัดเช่นนี้

แล้ว อวิชชาก็หลุดออกไปจากตัวเรา เราก็กลายเป็นผู้รู้ขึ้นมา ความหลงก็คือเราผู้นี้ เมื่อกลายเป็นผู้รู้ด้วยอำนาจปัญญา ก็คือเราผู้นี้ นอกจากเราหลงแล้ว ไม่มีใครหลงในโลก นอกจากเราจะรู้แล้ว ไม่มีใครจะรู้ในโลก ผลแห่งการวินิจฉัยในระหว่างอวิชชากับเรา ได้ลงเอยกันตรงที่ว่า "อวิชชาไม่ใช่ใคร นอกไปจากตัวของเรา" ทีนี้เราก็ทราบว่า เราเป็นตัวโทษ ก็ปรากฏเป็นองค์คุณขึ้นมา เมื่อเราทราบว่า เราเป็นผู้หลงก็ปรากฏเป็นผู้รู้ขึ้นมาที่ใจดวงนี้แล้ว จึงจะหมดปัญหา ในเรื่องที่ว่า "เราคือใคร อวิชชาคือใคร และวิชชาคือใคร" คือตัวของเราคนเดียวแล้ว นั่นแลจึงจะจัดว่าระงับสังขารเสียได้ตามบทธรรมที่ว่า "เตสํ วูปสโม สุโข"

ความระงับดับเสียซึ่งสังขาร ซึ่งเป็นไปเพราะอำนาจแห่งอวิชชา เมื่ออวิชชาดวงนี้ได้ดับสนิทลงไปแล้ว แม้สังขารจะปรุงขึ้นมาก็ตาม เช่น พระพุทธเจ้าเมื่อท่านได้ตรัสรู้แล้ว ท่านก็คงใช้ขันธ์นี้ประกาศพระศาสนาอยู่เสมอไป ท่านจะต้องอาศัยพระรูป คือ กายของท่านเอง อาศัยสังขาร อาศัยความจดจำที่เรียกว่า "**ขันธ์ห้า**" นี้ตลอดไป จนกระทั่งถึงวันท่านเสด็จเข้าสู่พระปรินิพพาน แต่ขันธ์ทั้ง ๕ นี้เลยกลายเป็นขันธ์ล้วน ๆ เป็นทวารของจิตเท่านั้น ไม่ปรากฏว่าเป็นกิเลสตัณหา อวิชชาแต่อย่างใด เพราะเหตุใดเล่า เพราะอวิชชาได้ถูกทำลายเสียแล้ว ด้วยอำนาจของปัญญา ฉะนั้นขันธ์ทั้ง ๕ นี้จึงเป็นขันธ์ล้วน ๆ ไม่ปรากฏเป็นกิเลสตัณหาสืบต่อไป จึงเรียกว่า "การระงับดับเสียซึ่งสังขาร เป็นความสุขอันยิ่งใหญ่" ทีนี้เมื่อขยายออกไปถึงสังขารภายนอก คือ รูป จะมีมากน้อย

กว้าง แคบ ขนาดไหนก็ตาม เสียง กลิ่น รส เครื่องสัมผัสก็ตาม ปรากฏว่าเป็นสภาพปกติไปตาม ๆ กัน ย่นเข้ามาภายใน รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ของตนก็ปรากฏว่าเป็นสภาพอันหนึ่ง ๆ เท่านั้น ไม่ปรากฏว่าสิ่งเหล่านี้ เป็นบาป เป็นบุญ เป็นกิเลส ตัณหา มานะ แต่อย่างใด เพราะอำนาจแห่งปัญญาได้รู้เท่าทัน ตัวเสนียดจัญไร ที่สำคัญที่สุดก็คือ อวิชชาที่ดวงใจนะได้ถูกกำจัดไปเสียแล้วด้วยปัญญา จึงไม่มีอันใดที่จะปรุงแต่งให้เป็นสังขารอันเป็นสมุทัยขึ้นมา ก่อความรำคาญหรือความกังวล ก่อให้เกิดแก่เจ็บตายไปได้ นี้แหละท่านเรียกว่า เตสํ วูปสโม สุโข

เมื่ออวิชชาไม่มีแล้ว สิ่งที่จะปรุงแต่งเป็นรูปกาย เป็นชาย เป็นหญิง เป็นภพ เป็นชาติ เป็นความแก่เจ็บตาย หรือเป็นกองทุกข์ทรมานอีกต่อไปนั้น จึงไม่มีจากสังขารใด มีจากสังขารที่เกิดขึ้นมาเพราะอวิชชาเท่านั้น เมื่อสังขารนั้นได้ดับไปเสียแล้ว เพราะอวิชชามันดับ อวิชชานั้นจัดเป็นสมุทัยอันใหญ่หลวงได้ถูกทำลายลงเสียแล้ว สังขารที่ปรากฏในขันธ์ ๕ นี้ จึงเป็นสังขารล้วน ๆ ไม่เป็นพิษเป็นภัยต่อท่านผู้รู้อีกต่อไป จึงเรียกว่า เตสํ วูปสโม สุโข

ความระงับดับเสียได้ซึ่งสังขารภายใน อันเป็นเหตุให้ก่อภพก่อชาติ และสังขารภายนอก คือกายอันเป็นตัวผลสืบเนื่องมาจากสังขารภายใน พร้อมทั้งสังขารโดยทั่ว ๆ ไป ด้วยปัญญา สังขารที่เหลือทั้งหลายจึงกลายเป็นของธรรมดาตามสภาพของเขา และมีอยู่ตามธรรมดาของเขา ดินเป็นดิน น้ำเป็นน้ำ ไฟเป็นไฟ ลมเป็นลม ไม่ติดตามใครไปทั้งนั้น

นอกจากใจซึ่งเป็นเจ้าแห่งความลุ่มหลง ที่ไปเที่ยวก่อภพก่อชาติ ก่อกำเนิด ก่อเป็นรูปเป็นกาย เป็นสังขารขึ้นมาเท่านั้นเอง แต่สังขารตัวนี้มันเป็นสังขารตัวผล ไม่ใช่สังขารตัวเหตุ สังขารตัวเหตุได้แก่สังขารตัวที่เกิดขึ้นเพราะอำนาจแห่งอวิชชา เมื่ออวิชชาได้สิ้นสุดลงไปแล้ว จึงจะครองสังขารอันนี้ไปก็สักแต่ว่าครองอยู่เท่านั้น พอประทังชีวิตไปวันหนึ่ง ๆ เมื่อชีวิตหาไม่แล้ว สิ่งเหล่านี้ก็แตกกระเด็นลงไปตามสภาพของเขา ธรรมชาติที่บริสุทธิ์นั้นเป็นวิมุตติตามเดิมของสภาพที่บริสุทธิ์นั้น ไม่ปรากฏว่าจะเข้าสู่ภพสู่ชาติสู่ความแก่เจ็บตาย เป็นสังขารขึ้นมาอีก นี้เรียกว่า เตสํ วูปสโม สุโข ความระงับดับเสียซึ่งสังขารทั้งหลาย เป็นความสุขอันยิ่งใหญ่ดังนี้

ทีนี้การอบรมจิตใจของเรา ก็เพื่อจะทำตนของตนให้พ้นอุปสรรค หรือสิ่งกีดขวางความทุกข์ ความทรมานทั้งหลาย ให้ได้มีความราบรื่นในคติของตน ๆ ไปเป็นลำดับ ๆ ถ้าหากว่าเราไม่สามารถบรรลุมรรคผลอันสูงสุดก็ตาม คุณงามความดีทั้งหมดที่เราทำไว้นี้จะเป็นนิสัยปัจจัยของเรา ให้ได้ต่อภพต่อชาติที่ดี สมความมุ่งมาดปรารถนาต่อไป เพราะความเกิดนี้มีช่องมากที่สุด ถ้าเราไม่ได้ทำคุณงามความดีไว้แล้ว เราอาจจะเกิดผิดพลาดจากความปรารถนาของเรา ห่างไกลกันเหมือนฟ้ากับแผ่นดินเลยทีเดียว ให้เราคิดใกล้ ๆ อย่างนี้ เรามองเห็นด้วยตาของเรา เช่นอย่างที่นั่งอยู่ด้วยกันบัดนี้มีทั้งคนชั้นสูง มีทั้งคนชั้นกลาง มีทั้งคนชั้นต่ำมีทั้งคนมั่งมีคนจน มีทั้งคนโง่คนฉลาด ความเป็นทั้งนี้ใครได้ปรุงให้เราได้สมความปรารถนาหรือไม่นั้น เป็นขึ้นด้วยอำนาจแห่งกรรมที่ทำไว้ เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว เราก็ควรสั่งสมกรรมที่ดีไว้ เพื่อให้สมหวังในอนาคต

คือกาลข้างหน้า เพราะอำนาจของกรรมนี้เป็นสิ่งสำคัญที่สุด เราเป็นผู้มีอำนาจทำกรรม แต่กรรมก็สามารถ หรือมีอำนาจที่จะให้ผลแก่เรา เมื่อกรรมให้ผลแล้วเป็นกรรมดี เราก็ดีเป็นคนมั่งมี เป็นผู้มีความเฉลียวฉลาด มีอำนาจวาสนา มีบุญญาธิสมภาร ต่างจากมนุษย์ทั้งหลาย ที่เกิดมาเป็นชาติมนุษย์ด้วยกัน ถ้าเป็นกรรมชั่ว ผลที่ได้รับก็ชั่ว รูปกายไม่สมประกอบ เต็มไปด้วยความขาดแคลนกันดาร ชื่อว่าทุกข์ในโลกที่เราเกิดนั้นปรากฏว่าไหลมารวมอยู่กับเราผู้เดียวหมด เช่นเดียวกับส้วม เป็นที่ไหลมารวมแห่งมูตรคูถทั้งหลายฉะนั้น กรรมจึงเป็นเหมือนพรหมลิขิต ผู้ที่รอให้บำเหน็จบำนาญแก่เรา ผู้ทำกรรมดีและกรรมชั่วตลอดเวลา

เพราะฉะนั้น จงพยายามอบรมจิตใจของเรา ให้เป็นผู้มีอำนาจวาสนาขึ้นที่ใจของเรา เราไม่ได้มุ่งที่จะมีอำนาจวาสนาบังคับบัญชาผู้ใดก็ตาม เราเป็นผู้มีอำนาจวาสนาบังคับบัญชา กาย วาจาและจิตใจของเราให้ได้ทำคุณงามความดี หรือได้ทำผลทำประโยชน์แก่โลกแก่ธรรมได้ ตามความต้องการของเราเท่านี้ก็ยังเป็นการดี ดีกว่าบุคคลผู้ที่ไม่เคยสนใจและไม่เคยได้บำเพ็ญทางธรรมมาเลย เมื่อเราเป็นผู้มีอำนาจวาสนาแก่กล้าแล้ว คำว่า เตสํ วูปสโม สุโข พระพุทธเจ้าท่านก็มิได้ผูกขาดวางธรรมคำสั่งสอนลงไว้เพื่อให้เป็นมรดก สำหรับพวกเราทั้งหลาย จะได้ดำเนินเดินตามแนวทางของพระพุทธเจ้า เพื่อส่งเสริมอำนาจวาสนาบารมีของตน จนถึงจุดมุ่งหมายสุดท้าย คือ มรรค ผล นิพพาน ก็ย่อมเป็นของเราแต่ผู้เดียว ซึ่งจะเรืองอำนาจในคุณงามความดีของตน

ฉะนั้น การอบรมจิตใจ จึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุด นอกจากว่าเราจะมุ่งวิมุตติพระนิพพาน แต่เมื่อยังไม่สมความมุ่งมาดปรารถนา เพราะการกระทำหรืออำนาจวาสนาบารมีของตนยังไม่แก่กล้าเพียงพอ ที่จะหลุดพ้นไปได้ เรายังได้ไปถูกจุดหมาย ในกำเนิดที่เราจะเกิดข้างหน้า เราจะมีชีวิตก็มีอยู่ด้วยความราบรื่น เกิดในภพใด โลกใด แดนใดก็ตามจะเป็นแดนที่มีความสำราญบานใจ เพราะอำนาจแห่งธรรมเป็นเครื่องคุ้มครองรักษาตามที่ท่านกล่าวไว้ว่า

ธมฺโม หเว รกฺขติ ธมฺมจารึ

พระธรรมย่อมรักษาบุคคลผู้ปฏิบัติธรรมไม่ให้ตกไปในที่ชั่ว ดังนี้

คำว่า "พระธรรมเป็นเครื่องรักษานั้น" รักษาอย่างไร เบื้องต้นเราต้องรักษาธรรมเสียก่อน เช่นสภาการศึกษาที่เรานั่งฟังเทศน์อยู่ ณ บัดนี้ไม่ได้เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติหรือตามธรรมดาของตน ย่อมเกิดขึ้นจากการก่อร่างสร้างขึ้นของบุคคล หรือของท่านผู้มีใจบุญทั้งหลาย ศรัทธารวมกันเข้าหลายท่านหลายคนแล้วก่อร่างขึ้นก็เป็นสภา ฯลฯ เป็นที่อยู่อาศัย เป็นที่ร่มเย็น เป็นสุขสำหรับเรา ฝนตกแดดออกเราก็ไม่ต้องเดือดร้อน วิตกวิจารณ์กับสิ่งเหล่านั้น เรานั่งอยู่สบาย นี่เพียงสภาการศึกษาหรือบ้านเมืองของเรานั้นยังรักษาความปลอดภัยให้เราได้หลายประการ สิ่งเหล่านี้อาศัยเราทำขึ้นจึงกลายเป็นสิ่งที่รักษาเราได้ ข้อนี้ฉันใด ฉันนั้นเหมือนกัน เบื้องต้นเราจะต้องเป็นผู้ปฏิบัติธรรม รักษาธรรม คือรักษา กาย วาจา

ใจ ของตนให้เรียบร้อย ให้มีความสงบ ให้เป็นไปด้วยความราบรื่นในทางธรรม ด้วยอำนาจแห่งการรักษาธรรมนี้แหละ พระธรรมจะต้องรักษาเรา เราเกิดมาในสถานที่ใด อำนาจของธรรมที่เราได้สร้างสมอบรมไว้แล้ว จะตามสนับสนุนเรา ให้ได้มีความอยู่เย็นเป็นสุขในทุกภพทุกชาติ ตลอดกาลที่เรายังท่องเที่ยวอยู่ในวัฏฏสงสาร เมื่อเรามีอำนาจวาสนาแก่กล้าแล้ว ก็สามารถที่จะหลุดพ้นจากทุกข์ภัยในวัฏฏสงสาร ปรากฏเป็น

เตสํ วูปสโม สุโข

ความระงับดับเสียซึ่งเครื่องกังวล คือสังขารทั้งหลายเหล่านี้เสียได้ให้ถึงฝั่งฟากโน้น คือ พระนิพพาน

ในอวสานแห่งพระธรรมเทศนานี้ ขอบุญญานุภาพแห่งองค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า จงมาปกเกล้าเหล่าท่านพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ให้มีความสุขกายสบายใจ ทุกทิพาราตรีกาล เทอญ

เอวํ ก็มีด้วยประการฉะนี้

การตั้งที่บูชาพระประจำบ้าน

และ

การสวดมนต์ไหว้พระ

เท่าที่สังเกตบ้านเรือนใดไม่ตั้งที่บูชาพระ หรือไม่มีการกราบไหว้บูชาพระ ผู้อยู่อาศัยในบ้านนั้นมักจะมีเหตุเดือดร้อน หรือมีเหตุการณ์ที่เป็นอุปสรรคติดขัด ทำให้ขาดความเจริญ หรือเจริญไม่เต็มที่เท่าที่สมควร เพราะการสวดมนต์ไหว้พระตามแบบปฏิบัติในทางพระพุทธศาสนานับว่าเป็นกิจวัตรสำคัญประการหนึ่งของชาวพุทธทั้งหลาย เป็นวิธีฝึกฝนอบรมจิตใจให้ตั้งอยู่ในความสงบเป็นบ่อเกิดแห่งกุศลและทางเจริญรุ่งเรือง นับเข้าในภาวนามัย บุญกิริยาวัตถุ คือเป็นมูลฐานแห่งการบำเพ็ญบุญอันสำเร็จด้วยการเจริญภาวนา และเป็นกุศลพิธีแสดงความเคารพนอบน้อมบูชาสามารถให้เกิดสวัสดิมงคลอันสูง โดยนัยแห่งพุทธภาษิตที่มาในมงคลสูตรว่า

ปูชา จะ ปูชานี ยานัง เอตัมมังคะละมุตตะมัง

การบูชาบุคคลที่ควรบูชาเป็นมงคลอันสูงสุด

ดังนั้นเพื่อประโยชน์แก่ท่านพุทธบริษัท จึงขอแนะนำการตั้งที่บูชาพระและการสวดมนต์ไหว้พระดังนี้

พระบูชา เครื่องบูชากับอุปกรณ์

๑. พระพุทธรูปบูชาอย่างน้อย ๑ องค์ ไม่จำต้องเป็นพระเก่า แต่ควรใช้พระพุทธรูปที่เข้าพิธีพุทธาภิเศกมาแล้ว

๒. พระอรหันต์สาวกอย่างน้อย ๒ องค์ คือ พระสารีบุตร (อัครสาวกเบื้องขวา ผู้เลิศทางปัญญา) กับ พระโมคคัลลานะ (อัครสาวกเบื้องซ้าย ผู้เลิศทางมีฤทธิ์มาก) พระอัครสาวกทั้งสองมักสร้างเป็นรูปพระสาวกยืนคู่ หรือนั่งคู่พนมมือไปยังพระพุทธรูป หรือพระสิวลี (พุทธ-สาวก ผู้เลิศทางโชคลาภ ความอุดมสมบูรณ์ โดยทั่วไปมีลักษณะการสร้างเป็นพระยืนแบกพัด) กับพระกัจจายยะนะ (พุทธสาวก ผู้เลิศทางแตกฉานในปฏิสัมภิทา ลักษณะการสร้างเป็นรูปลักษณะอ้วนพุงพลุ้ย)

๓. รูปหล่อ รูปภาพ รูปปั้นพระอาจารย์ต่าง ๆ (ถ้ามี)

๔. ขันน้ำ ขนาดพอเหมาะกับที่บูชา ๑ ใบ

๕. เทียนไข ดอกไม้ ธูป สำหรับใช้บูชาพระประจำวัน (เทียนอย่างน้อย ๒ เล่ม ธูป ๓, ๕, ๗, หรือ ๙ ดอก) ดับเทียนเมื่อสวดมนต์จบ ส่วนธูปจุดไว้ตลอดจนหมด สำหรับดอกไม้บูชาพระ ควรใช้ดอกมะลิหรือดอกบัวขาว หากหาไม่ได้ใช้ดอกไม้อื่นก็ได้ แต่ไม่สมควรใช้ดอกชะบา ดอกซ่อนกลิ่นหรือดอกซ่อนชู้ (ดอกชะบาใช้ทัดหูเพชฌฆาตโบราณ ดอกซ่อนกลิ่นหรือดอกซ่อนชู้นิยมใช้ไหว้ศพ)

๖. ผ้าขาวปูรองนั่งเพื่อกราบพระ

๗. โต๊ะหมู่บูชา

๘. ผ้าขาวสำหรับปูรองพระบนโต๊ะหมู่

๙. อาหาร คาวหวาน ผลไม้ (บางท่านไม่นิยมอาหารคาว) สำหรับสังเวยเทพ วางหน้าที่บูชา เปลี่ยนเมื่อผลไม้จะมีสีดำหรือเหี่ยว ถ้าเป็นอาหารสดต้องเปลี่ยนทุกวัน

วิธีตั้งพระบูชา

๑. อัญเชิญพระพุทธรูปไว้บนสุดยอดของโต๊ะหมู่

๒. อัญเชิญพระอรหันต์สาวก พระสารีบุตร กับพระโมคคัลลานะ หรือพระสิวลี กับพระกัจจายยะนะ ไว้ทั้งสองข้างซ้ายขวา ต่ำลงมา

๓. รูปหล่อ รูปภาพ รูปปั้นพระอาจารย์ต่าง ๆ วางต่ำลงมาอีกชั้น

๔. ขันบรรจุน้ำสะอาดให้เต็มวางต่อลงมาหน้าที่บูชา เปลี่ยนทุกวัน น้ำนี้เป็นน้ำพุทธมนต์ใช้ล้างหน้า

๕. การตั้งที่บูชาควรดูฤกษ์ประจำวัน เลือกเอาวันฤกษ์ดีเป็นมงคล หรือวันพฤหัสบดี

๖. การหันหน้าพระพุทธรูปบูชา ขอแนะนำตามทางความเชื่อถือมาแต่โบราณว่า

๖.๑ ทิศอีสาณ (ทิศตะวันออกเฉียงเหนือ) ทิศเศรษฐี ประกอบการใด ๆ เจริญมั่นคง ร่ำรวยยิ่งขึ้น ดีเป็นที่ ๑

๖.๒ ทิศบูรพา (ทิศตะวันออก) ทิศราชา ประกอบการงานใด ๆ สมความปรารถนา

๖.๓ ทิศอาคเนย์ (ทิศตะวันออกเฉียงใต้) ทิศปฐม ไม่ดี ประกอบการงานใด ๆ ไม่สู้บังเกิดผล และตกต่ำ

๖.๔ ทิศทักษิณ (ทิศใต้) ทิศจัณฑาล ประกอบการงานใด ๆ แสนยาก ต้องลำบากกาย ประโยชน์ที่ได้รับไม่คุ้มทุนที่ลง

๖.๕ ทิศหรดี (ทิศตะวันตกเฉียงใต้) ทิศวิปฏิสาร ประกอบการงานใด ๆ นำแต่ความเดือดร้อนมาสู่ตน และครอบครัวกับเพื่อนบ้านเรือนเคียง

๖.๖ ทิศประจิม (ทิศตะวันตก) ทิศกาลกิณี จะทำการสิ่งใดไม่เป็นมงคล ระวังภัยจะเกิดกับตนร้ายแรงถึงอัตตวิบากกรรม

๖.๗ ทิศพายัพ (ทิศตะวันตกเฉียงเหนือ) ทิศอุทวัจจะ จะทำการสิ่งใดไม่มีความแน่นอนเรรวนไม่ได้ผล

๖.๘ ทิศอุดร (ทิศเหนือ) ทิศมัชฌิมาปฏิปทา งานที่ทำได้ผลปานกลาง ไม่ดีไม่ชั่ว ไม่สูงไม่ต่ำ

๗. หากมีคนอาศัยอยู่ในห้องเดียวกันกับพระให้ใช้ผ้าขาวกั้นไว้ และที่ตั้งพระบูชาต้องให้สูงกว่าระดับเอวผู้ใหญ่

๘. จุดธูปทุกครั้งที่สวดมนต์ไหว้พระ เป็นความเชื่อของโบราณาจารย์ว่า ควันธูปจะทำให้วิญญาณที่ศักดิ์สิทธิ์ของเทพยดาทราบ

ประโยชน์ของการสวดมนต์ไหว้พระ

๑. ฐานะจะไม่ตกต่ำกว่าเดิม และจะดีขึ้นเรื่อย ๆ

๒. แคล้วคลาดจากภยันตรายต่าง ๆ

๓. ผู้ใดคิดร้ายก็จะเป็นมุมสะท้อนแก่ตัวผู้คิดนั้น

๔. มีร่างกายผิวพรรณ หน้าตาสดชื่นแจ่มใส และอายุยืน

๕. เป็นคนดีไม่เป็นภยต่อผู้อื่น และต่อสังคม

๖. มีโชคลาภอยู่เนือง ๆ

๗. จะมีผู้คอยสงเคราะห์ช่วยเหลือเสมอ

การสวดมนต์

ผู้จะสวดมนต์ไหว้พระ ควรอาบน้ำชำระร่างกายให้สะอาดหมดจด และต้องมีใจและอารมณ์ปลอดโปร่ง ว่างจากกิจกังวลอันจะทำให้ใจบริสุทธิ์ผ่องแผ้วเป็นกุศล

๑. คำถวายมนัสการ

นะโมตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุท ธัสสะ (๓ ครั้ง)

๒. คำบูชาดอกไม้ธูปเทียน

อิมินา สักกาเรนะ พุทธัง อภิปูชะยามิ
อิมินา สักกาเรนะ ธัมมัง อภิปูชะยามิ
อิมินา สักกาเรนะ สังฆัง อภิปูชะยามิ

๓. คำบูชาพระรัตนตรัย

พุทธะ ปูชา มะหาเตชะ วันโต
ธัมมะ ปูชา มะหาปัญญะ วันโต
สังฆะ ปูชา มะหาโภคะวะโห ติโลกะนาถัง อภิปูชะยามิ
(เมื่อจบคำบูชาแล้ว กราบ ๓ หน)

๔. สวดคาถาชุมนุมเทวดา

สัคเค กาเมจะรูเป คิริสิขะระตะเฏ จันตะลิกเข วิมาเน ทีเปรัฏเฐจะคาเม ตะรุวะนะคะหะเน เคหะวัตถุ มหิเขตเต ภุมมา จายันตุ เทวา ชะละถะละวิสะเม ยักขะ คันธัพพะนาคา ติฏฐันตา สันติเกยัง มุนิวะระวะจะนัง สาธะโว เม สุนันตุ ธัมมัสสะวะนะกาโล อะยัมภะทันตา ธัมมัสสะวะนะกาโล อะยัมภะทันตา ธัมมัสสะวะนะกาโล อะยัมภะทันตา.

๕. สวดมนต์ด้วยบทสวดต่าง ๆ อันสมควร ซึ่งโดยทั่วไปนิยมสวดบทถวายพรพระ ว่าดังนี้

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ
นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ
นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ วิชชา จะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะ สาระถิ สัตถา เทวะ มะนุสสานัง พุทโธ ภะคะวาติ ฯ

สะวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม สันทิฏฐิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหีติ ฯ

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะปุริสะ ปุคคะลา เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อาหุเนยโย

ปาหุเนยโย ทักขิเนยโย อัญชะลิกะระณีโย อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ ฯ

๑) พาหุง สะหัส สะมะภินิม มิตะสาวุธันตัง ครีเมขะลัง อุทิตะโฆ ระสะเสนะมารัง ทานาทิธัมมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท ตันเต-ชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

๒) มาราติเรกะมะภิยุช ฌิตะสัพพะรัตติง โฆรัมปะนาฬะวะกะมักขะมะถัทธะยักขัง ขันตี สุทันตะวิธินา ชิตะวา มุนินโท ตันเต-ชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ

๓) นาฬาคิริง คะชะวะรัง อะติมัตตะภูตัง ทาวัคคิ จักกะ-มะสะนีวะ สุทารุณันตัง เมตตัมพุเสกะวิธินา ชิตะวามุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ

๔) อุกขิตตะ ขัคคะมะติ หัตถะ สุทารุณันตัง ธาวันติโยชะนะปะถัง คุลิมาละวันตัง อิทธี ภิสังขะตะมะโน ชิตะวามุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

๕) กัตวานะ กัฏฐะมุทะรัง อิวะ คัพภินียา จิญจายะ ทุฏ-ฐะวะจะนัง ชะยะกายะมัชเฌ สันเตนะ โสมะวิธินา ชิตะวามุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

๖) สัจจัง วิหายะ มะติ สัจจะกะวาทะเกตุง วาทาภิโรปิตะมะนัง อะติอันธะภูตัง ปัญญาปะทีปะชะลิโต ชิตะวามุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

๗) นันโท ปะนันทะภุชะคัง วิพุธัง มะหิทธิง ปุตเตนะ เถระภุชะเคนะ ทะมาปะยันโต อิทธูปะเทสะวิธินา ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

๘) ทุคคาหะ ทิฏฐิภุชะเคนะ สุทัฏฐะหัตถัง พรัมมัง วิสุทธิ ชุติมิทธิพะกาภิธานัง ญาณาคะกาเนะ วิธินา ชิตะวามุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

๙) เอตานิ พุทธะชะยะมังคะละอัฏฐะคาถา โย วาจะโน ทินะทิเน สะระเต มะตันที หิตฺวานะ เนกะวิวิธานิ จุปั่ททะวานิ โมกขัง สุขัง อะธิคะเมยยะนะโร สะปั่ญโญ

มะหาการุณิโก นาโถ หิตายะ สัพพะปาณินัง
ปูเรตฺวา ปาระมี สัพพา ปั่ตโตสัมโพธิมุตตะมัง
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โหตุ เต ชะยะมังคะลัง

ชะยันโตโพธิยามเล สักฺยานัง นันทิวัฑฒะโน
เอวัง ตฺวัง วิชะโย โหหิ ชะยัสสุ ชะยะมังคะเล
อะปะราชิตะปั่ลลังเก สีเส ปะฐะวิโปกขะเร
อะภิเสเก สัพพะพุทธานัง อัคคัปปั่ตโต ปะโมทะติ
สุนักขัตตัง สุมังคะลัง สุปะภาตัง สุหุฏฐิตัง
สุขะโณ สุมุหุตโตจะ สุยิฏฐัง พรัหมะจาริสุ
ปะทักขิณัง กายะกัมมัง วาจากัมมัง ปะทักขิณัง
ปะทักขิณัง มะโนกัมมัง ปะณิธิ เต ปะทักขิณา
ปะทักขิณานิ กัตฺวานะ ละภันตัตเถ ปะทักขิเณ

ภะวะตุสัพพะมังคะลัง　　รักขันตุ สัพพะ เทวะตา
สัพพะพุทธานุภาเวนะ　　สะทา โสตถี ภะวันตุเม
ภะวะตุสัพพะมังคะลัง　　รักขันตุ สัพพะ เทวะตา
สัพพะธัมมานุภาเวนะ　　สะทา โสตถี ภะวันตุเม
ภะวะตุสัพพะมังคะลัง　　รักขันตุ สัพพะ เทวะตา
สัพพะสังฆานุภาเวนะ　　สะทา โสตถี ภะวันตุเม

เมื่อจบแล้วจะสวดบทอื่น ๆ ต่อตามกำลังศรัทธา และเวลาจะอำนวยให้ก็ได้ (ดูท้ายเรื่อง)

๖. เมื่อเสร็จสิ้นการสวดมนต์ทุกครั้ง ควรกรวดน้ำอุทิศส่วนกุศลให้ผู้มีพระคุณ เจ้ากรรมนายเวร

ตัวอย่างคำกรวดน้ำชนิดย่อ

อิทัง โน ปุญญัง ญาตะกานัง โหตุ สุขิตาโหนตุ ญาตะโย

ถ้าจำคำบาลีไม่ได้ให้กล่าวเป็นภาษาไทยว่า

"ขอกุศลผลบุญที่ข้าพเจ้าประกอบขึ้น จงสำเร็จแด่....................และขอให้................มีความสุขในคติภพนั้น ๆ เถิด.

๗. สวดคาถาอัญเชิญเทวดากลับ

ทุกขัปปัตตา จะนิททุกขา　　ภะยัปปัตตาจะนิพภะยา
โสกัปปัตตา จะนิสโสกา　　โหนตุ สัพเพปี ปาณิโน
เอตตาวะตาจะอัมเหหิ　　สัมภะตัง ปุญญะสัมปะทัง
สัพเพเทวานุโมทันตุ　　สัพพะสัมปัตติสิทธิยา
ทานัง ทะทันตุ สัทธายะ　　สีลัง รักขันตุ สัพพะทา

ภาวะนาภิระตา โหนตุ คัจฉันตุ เทวะตา คะตา
สัพเพพุทธา พะลัปปั๋ตตา ปั๋จเจกานัญจะยังพะลัง
อะระหันตานัญจะ เตเชนะ รักขัง พันธามิ สัพพะโส

เป็นอันเสร็จสิ้นการสวดมนต์ไหว้พระประจำวันเพียงนี้

คำถวายข้าวพระพุทธ

อิมัง สูปะพยัญชนะ สัมปั๋นนัง สาลีนัง อุทะกัง วะรัง พุท-ธัสสะ ปูเชมิ

คำลาข้าวพระพุทธ

พุทธะ เสสัง มังคลา ยาจามิ

คาถาพระปัจเจกพุทธเจ้า

พุทธะ มะอะอุ นะโมพุทธายะ

วิระธะโย วิระโคนายัง วิระหิงสา วิระทาสี วิระทาสา วิระอิตถิโย พุทธัสสะ มานี มานะ พุทธัสสะ สวาโหม ฯ

คาถานี้หลวงพ่อปาน วัดบางนมโค จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เรียนมาจากครู อายุ ๙๙ ปี ภาวนาให้คุณทางลาภผล เป็นฌานสมาบัติ มีคุณเป็นทิพย์จักขุญาณ ยกฐานะไม่ให้ขัดสน

คาถาบูชาพระสารีบุตร

วิมุตตะ จิตตัง สารีปุตตะ มหาปุริโสติ วันทามิ ฯ (ว่า ๙ จบ)

คาถาบูชาพระโมคคัลลาน

อิมินา สักกาเรนะ โมคคะลาจะมหาเถโร อะภิปูชะยามิ
ทุติยัมปิ อิมินาสักกาเรนะ โมคคะลา นันจะ อะภิปูชะยามิ
ตะติยัมปิ อิมินาสักกาเรนะ โมคคะลานัสสะ อะภิปูชะยามิ

คาถาบูชาพระกัจจายยะนะ ขอโชคลาภ

อิมินา สักกาเรนะ สาวะกะสังโฆ กัจจายนะเถโร มหาเตชะวันโต พุทธะ โภคะวะโห ปาระมิตาโร อิทธิฤทธิ ติ ติ มะณะตัง สะระณัง คัจฉามิ

คาถาบูชาพระสิวลี หรือพระฉิมพลี ขอโชคลาภ

สีวะลี จะ มหาเถโร เทวตา นะระปูชิโต โสระโห ปัจจะยาทิมหิ

สีวะลี จะ มหาเถโร ยักขา เทวา ภิปูชิโต โสระโห ปัจจะยาทิมหิ

อะหังวันทามิ ตังสะทา สีวลีเถรัสสะ เอตังคุณัง สวัสดิลาภัง ภะวันตุเม.

คาถาบูชาพระอานนท์

อิมินา สักกาเรนะ สาวะกะสังฆัง อานันทะเถรัง อะภิปูชะยามิ นะมามิหัง สิทธิกัจจัง สิทธิลาภัง นิรันตะรัง อะหัง วันทามิ สุคะตัง โลกะวิทู นะมามิ

ผู้ใดเจริญคาถานี้จะทำให้อายุยืน

อัตถิ อุณหิสสะ วิชะโย ธัมโม โลเก อะนุตตะโร สัพพะสัตตะหิตัตถายะ ตัง ตะวัง คัณหาหิ เทวะเต ปริวัชเช ราชะทัณเต อะมะนุสเสหิ ปาวะเก พะยัคเฆ นาเค วิเส ภูเต อะกาละมะระเณนะ วา สัพพัสมา มะระณา มุตโต ฐะเปตะวา กาละมาริตัง ตัสเสวะ อานุภาเวนะ โหตุ เทวา สุขี สะหา ลิกขิตัง จินติตัง ปูชัง ธาระนัง วาจะนัง คะรุง ปะเรสัง เทสะนัง สุตตะวา ตัสสะ อายุปะวัฑฒตีติ ฯ

อะภัยปริต (เจริญคาถานี้ฝันร้ายจะกลายเป็นดี)

ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ โย จะมะนาโป สะกุณัสสะ สัทโท ปาปัคคะโห ทุสสุปินัง อะกันตัง พุทธานุภาเวนะ วินาสะเมนตุ

ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ โย จะมะนาโป สะกุณัสสะ สัทโทปาปัคคะโห ทุสสุปินัง อะกันตัง ธัมมานุภาเวนะ วินาสะเมนตุ

ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ โย จะมะนาโป สะกุณัสสะ สัทโทปาปัคคะโห ทุสสุปินัง อะกันตัง สังฆานุภาเวนะ วินาสะเมนตุ




พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนจำกัด กิตติวรรณ (แผนกการพิมพ์)
๗๔/๒๐ ถนนรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพ ๕
นายทรงเกียรติ เมณฑกา ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา ๒๕๒๓. โทร. ๕๘๘๕๑๓๐